

Mikko Kosonen

Juuli-Maaria Vauhkonen

Tanja-Maaria Väisänen


# PERHEIDEN KOKEMUKSIA LASTEN ILTAPÄIVÄTOIMINNASTA

Opinnäytetyö  
Hoitotyön koulutusohjelma


Huhtikuu 2014



# KUVAILULEHTI

		<b>Opinnäytetyön päivämäärä</b>  23.4.2014
<b>Tekijä(t)</b> Mikko Kosonen, Juuli-Maaria Vauhkonen ja Tanja-Maaria Väisänen		<b>Koulutusohjelma ja suuntautuminen</b> Hoitotyön koulutusohjelma
<b>Nimeke</b> Perheiden kokemuksia lasten iltapäivätoiminnasta		
<b>Tiivistelmä</b>  <p>Opinnäytetyömme tarkoituksena oli kuvata Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistyksen iltapäivätoimintaan osallistuvien perheiden kokemuksia. Tavoitteena oli saada tietoa kuinka iltapäivätoiminta tukee lapsen kasvua ja kehitystä sekä terveyttä ja hyvinvointia. Tavoitteena oli myös selvittää miten iltapäivätoiminta tukee vanhempia heidän kasvatustyössään. Tutkimustulosten pohjalta Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistys voi tarvittaessa kehittää toimintaansa.</p> <p>Tutkimusaineiston keräsimme vuonna 2013 lasten teemahaastattelulla ja vanhemmilta keräsimme aineiston kirjallisella kyselylomakkeella, joka sisälsi kolme avointa kysymystä sekä kolme suljettua kysymystä taustatietojen kartoittamiseksi. Teemahaastatteluun osallistui neljä lasta ja kyselylomakkeeseen vastasi kolme vanhempaa. Tutkimusmenetelmä on kvalitatiivinen ja aineiston analysoimme induktiivisella eli aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.</p> <p>Tutkimustuloksista selvisi, että vanhemmat ja lapset ovat tyytyväisiä iltapäivätoimintaan. Iltapäivätoiminta tukee lapsen normaalia kasvua ja kehitystä sekä edistää terveyttä ja hyvinvointia tarjoamalla lapselle välipalan, virikkeitä, liikuntaa, sosiaalisia suhteita ja turvallisen ympäristön. Tulokset osoittavat iltapäivätoiminnan tukevan vanhempia heidän kasvatustyössään asettamalla lapselle rajoja ja opettamalla heille uusia taitoja sekä itsenäistymistä.</p> <p>Jatkotutkimukseksi ehdotamme haastattelututkimuksen sijaan havainnointitutkimusta, jossa tutkittaisiin kuinka hyvin iltapäivätoiminnassa konkreettisesti toteutuu suositustenmukainen terveellinen ravitus, monipuolinen ja riittävä liikunta sekä turvallisen ympäristön tarjoaminen lapsille.</p>		
<b>Asiasanat (avainsanat)</b>  perhe, lapsi, iltapäivätoiminta, hyvinvointi, Mannerheimin Lastensuojeluliitto		
<b>Sivumäärä</b> 35+7 liitettä	<b>Kieli</b> suomi	<b>URN</b>
<b>Huomautus (huomautukset liitteistä)</b> 6		
<b>Ohjaavan opettajan nimi</b>  Päivi Lifflander ja Tuula Okkonen		<b>Opinnäytetyön toimeksiantaja</b>  Mannerheimin lastensuojeluliitto, Savonlinnan yhdistys

## DESCRIPTION

 <div style="display: inline-block; vertical-align: middle;"> <div style="font-size: 2em; font-weight: bold; margin: 0;">MAMK</div> <div style="font-size: 0.8em; margin: 0;">University of Applied Sciences</div> </div>		<b>Date of the bachelor's thesis</b>  23.4.2014	
<b>Author(s)</b> Mikko Kosonen, Juuli-Maaria Vauhkonen and Tanja-Maaria Väisänen		<b>Degree programme and option</b> Degree programme of nursing	
<b>Name of the bachelor's thesis</b>  Experiences of families that participate in Mannerheim League for Child Welfare's after school activity			
<b>Abstract</b>  <p>The meaning of our bachelor's thesis was to describe experiences of families that participate in Mannerheim League for Child Welfare's after school activity in Savonlinna unit. Our goal was to gain information about effects of after school activities for child's growth, development, welfare and health and also how after school activity support parent's parenting duties. From the base of our research Mannerheim League for Child Welfare's Savonlinna unit can develop their activities.</p> <p>We gathered our research material in 2013 by interviewing children and parents answered literally to open-ended questions. There were four children who participated in our interview and three parents, who answered to our questions. Research method is qualitative and we used inductive content analysis.</p> <p>Research results showed that parents and children were satisfied in after school activity. After school activity support children's normal growth and development and it promote their health and welfare by offering snack, activity, sport, social relationships and safety environment. Results showed also that after school activity support parents in their parenting duties by setting boundaries and teaching how to learn new skills and become independent.</p> <p>For further research we suggest, that we could do observing research instead of interview research. That way we could investigate how healthy nutrition, diverse and sufficient exercise and safety environment comes true concrete in After school activity.</p>			
<b>Subject headings, (keywords)</b>  family, child, after school activity, welfare, Mannerheim League for Child Welfare			
<b>Pages</b> 35+7 insert	<b>Language</b> finnish	<b>URN</b>	
<b>Remarks, notes on appendices</b> 6			
<b>Tutor</b> Päivi Lifflander and Tuula Okkonen		<b>Bachelor's thesis assigned by</b> Mannerheim League for Child Welfare, Savonlinna unit	

## SISÄLTÖ

1	JOHDANTO .....	1
2	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE .....	2
3	ILTAPÄIVÄTOIMINNAN TAVOITTEET JA VAIKUTUKSET .....	2
4	LAPSEN KASVUN JA KEHITYKSEN TUKEMINEN .....	6
5	LAPSEN TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN TUKEMINEN .....	9
6	VANHEMPIEN KASVATUSTEHTÄVÄT .....	14
7	TUTKIMUSMENETELMÄT.....	15
7.1	Aineistonkeruu.....	15
7.2	Aineiston analysointi .....	17
7.3	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	19
8	TUTKIMUSTULOKSET .....	21
8.1	Lasten kokemuksia terveyden ja hyvinvoinnin tukemisesta iltapäivätoiminnassa.....	21
8.2	Lasten kokemuksia kasvun ja kehityksen tukemisesta iltapäivätoiminnassa	22
8.3	Vanhempien kokemuksia kasvatustyön tukemisesta iltapäivätoiminnassa .	23
8.4	Perheiden ajatuksia iltapäivätoiminnan kehittämistä .....	24
9	POHDINTA .....	25
9.1	Pohdintaa opinnäytetyöstämme .....	25
9.2	Pohdintaa tuloksista .....	27
	LÄHTEET .....	30
	LIITE/LIITTEET	
	1 Saatekirje kevät 2013	
	2 Suostumuslomake	
	3 Haastattelurunko lapset	
	4 Kyselylomake aikuiset	
	5 Saatekirje syksy 2013	
	6 Kirjallisuuskatsaus	
	7 Sisällönanalyysi	

## 1 JOHDANTO

Teimme opinnäytetyömme Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistykselle. Aiheenamme oli selvittää Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL) Savonlinnan yhdistyksen iltapäivätoimintaan osallistuvien perheiden kokemuksia siitä, kuinka iltapäivätoiminta tukee lapsen kasvua, kehitystä, terveyttä ja hyvinvointia sekä vanhempia heidän kasvatustehtävissään. Iltapäivätoiminta on suunnattu ensimmäisen ja toisen luokka-asteen oppilaille ja se tarjoaa paikan 20 koululaiselle. Mannerheimin Lastensuojeluliitto pyrkii toiminnallaan ennaltaehkäisemään lasten syrjäytymistä tarjoamalla lapselle mahdollisuuden kehittää sosiaalisia verkostojaan ja taitojaan sekä se pyrkii edistämään lasten hyvinvointia kokonaisvaltaisesti. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013a.)

Valitsimme opinnäytetyömme aiheen sen vuoksi, sillä uskomme lapsena koetun terveyden ja hyvinvoinnin heijastuvan nuoruuteen ja aikuisuuteen. Tämän vuoksi on mielestämme erityisen tärkeää kartoittaa lapsen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä. Tänä päivänä lasten ja nuorten hyvinvointiin tulisi kiinnittää entistä enemmän huomiota, sillä lasten ja nuorten terveysongelmat ovat nousussa.

Lasten ylipaino ja fyysisen aktiivisuuden väheneminen ovat kasvavia ongelmia Suomessa. Kouluikäisistä pojista 21 % ja tytöistä 20 % oli ylipainoisia vuonna 2007 - 2009 tehdyn lasten ja nuorten terveysseurantatutkimuksen mukaan. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014.) Lasten tulisi suositusten mukaan liikkua päivittäin 1–2 tuntia. Vuonna 2009 12 -vuotiaista pojista 62 % liikkui riittävästi, mutta 18 -vuotiaista pojista enää 27 %. Tyttöillä vastaavat luvut olivat 53 % ja 26 %. (Husu ym. 2011, 24 - 25.)

Opinnäytetyössämme paneudumme 6 - 9 -vuotiaiden lasten kehitykseen ja hyvinvointiin sekä niiden tukemiseen, sillä Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan iltapäivätoimintaan osallistuvat lapset ovat alakoulun ensimmäisen ja toisen luokka-asteen oppilaita. Opinnäytetyössämme on tarkoitus kuvata lasten ja vanhempien kokemuksia miten iltapäivätoiminta tukee lapsen hyvinvointia ja miten se helpottaa vanhempia heidän kasvatustehtävissään. Keräsimme vanhemmilta aineiston kyselylomakkeella, joka sisälsi avoimia ja suljettuja kysymyksiä. Suljetuilla kysymyksillä kartoitimme vastaajien taustatietoja ja avoimilla kysymyksillä varmistimme sen, että esi-

tettyihin kysymyksiin saadaan vanhempien omia mielipiteitä sisältäviä vastauksia. Tutkimusaineiston lapsilta keräsimme teemahaastattelulla, jonka toteutimme ryhmähaastatteluna. Aineisto kerättiin keväällä 2013 ja uudestaan syksyllä 2013.

## **2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE**

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli selvittää miten MLL:n Savonlinnan yhdistyksen iltapäivätoiminta tukee lapsen kasvua ja kehitystä sekä terveyttä ja hyvinvointia. Tavoitteena oli saada lisäksi tietoa vanhempien kasvatustyötä tukevista tekijöistä. Tilaa-  
jan toiveena oli, että tulosten pohjalta nousisi toiminnan kehittämisehdotuksia.

Tutkimustehtävät ovat seuraavat:

1. Miten iltapäivätoiminta tukee lapsen terveyttä ja hyvinvointia?
2. Miten iltapäivätoiminta tukee lapsen kasvua ja kehitystä?
3. Miten iltapäivätoiminta tukee vanhempia lapsen kasvatustehtävissä?
4. Nouseeko tulosten pohjalta toiminnan kehittämisehdotuksia?

## **3 ILTAPÄIVÄTOIMINNAN TAVOITTEET JA VAIKUTUKSET**

MLL:n Savonlinnan yhdistys järjestää alakoululaisille iltapäivätoimintaa, joka on tarkoitettu 1. ja 2. vuosiluokan oppilaille. Yhdistys järjestää myös vertaistukea perhekahvilassa sekä jakaa EU:n ruokatukea nuorille opiskelijoille ja lapsiperheille kahdesti vuodessa. Opetushallitus auttaa Mannerheimin Lastensuojeluliittoa kehitystyössä ja laatii tavoitteita toiminnalle. Mannerheimin Lastensuojeluliiton arvoja ovat lapsen ja lapsuuden arvostaminen, yhteisvastuu ja inhimillisyys sekä suvaitsevaisuus ja ilo. Nämä arvot ohjaavat myös Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistyksen toimintaa. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013a.)

Savonlinnan yhdistyksen iltapäivätoiminnassa on kaksi ohjaajaa vuorossaan. Lapset saavat yhdessä ohjaajien kanssa suunnitella iltapäivätoimintaan ohjelmaa. Joka päivä iltapäivätoiminnassa on ohjattua toimintaa, mutta aikaa on varattu myös lasten vapaalle ajalle, jolloin he saavat leikkiä vapaasti sääntöjen rajoissa. Yhteiset pelisäännöt laa-

ditaan yhdessä lasten kanssa iltapäivätoiminnan alkaessa. Kerran viikossa lapset ohjaajineen käyvät Savonlinnan normaalikoulun liikuntasalilla leikkimässä erilaisia sisäpelejä. Lapset ulkoilevat yhdessä ohjaajien kanssa säävarauksella. Ohjaaja vastaa iltapäivätoiminnan turvallisuudesta. (Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistys 2013; Opetushallitus 2013b.)

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistys tarjoaa iltapäivätoimintaa arkipäivisin ja ryhmään mahtuu 20 lasta. Lapsi saa viettää aikaa turvallisessa ympäristössä muiden lasten kanssa kahden ohjaajan valvonnassa. Yhdistyksen tavoitteina on tukea lasten sosiaalisten taitojen kehittymistä ja edistää heidän hyvinvointiaan kokonaisvaltaisesti sekä edistää lasten keskinäistä tasa-arvoisuutta. Savonlinnan yhdistyksessä iltapäivä toteutuu lasten ehdoilla heidän yksilöllisyytensä huomioiden ja sitä kunnioittaen. Näin taataan laadukas toiminta, johon Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistyksen toiminta pyrkii. (Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistys 2013.)

Opetushallituksen laatimia tavoitteita iltapäivätoiminnalle on tukea koulun ja kodin kasvatustyötä sekä luoda kasvu ympäristö, joka edistää suotuisasti lapsen kehitystä. Tavoitteena on myös kehittää lapsen tunne-elämää ja edistää lapsen eettistä kasvua. Tunne-elämän kehityksen tavoitteena on, että lapsi kokee, että häntä arvostetaan ja hänet hyväksytään sellaisena kuin hän on. Aikuisen antama käyttäytymismalli, keskinäiset vuorovaikutussuhteet ja eettiset kysymykset, joita lapsi kohtaa arkipäivässä, ovat tärkeitä eettisen kasvun tukemiselle. (Opetushallitus 2004; Opetushallitus 2013a.)

Lisäksi tavoitteena on lasten hyvinvoinnin ja tasa-arvoisuuden edistäminen yhteiskunnassa sekä syrjäytymisen ennaltaehkäisy ja osallisuuden lisääminen. Tuolloin lapselle tulee antaa mahdollisuus tulla kuulluksi ja hänen täytyy saada itse osallistua toiminnan suunnitteluun. Lapselle on luotava erilaisia tilanteita, jotka lisäävät kokemuksia osallisuudesta. Etenkin eritystukea tarvitsevien ja eri kulttuureista tulevien lasten osallisuuden kokemuksia tulee edistää. Lisäksi tavoitteena on, että ne tekijät, jotka aiheuttavat syrjäytymistä, huomataan mahdollisimman varhain ja niihin puututaan välittömästi. (Opetushallitus 2004; Opetushallitus 2013a.)

Tavoitteena iltapäivätoiminnalla on myös tarjota monipuoliset mahdollisuudet lapsille niin, että he pääsevät osallistumaan ohjattuun ja mieltä virkistävään toimintaan ja heil-

le mahdollistetaan riittävä lepo rauhallisessa ympäristössä ammattitaitoisen henkilön valvonnan alaisuudessa. (Opetushallitus 2013a.)

Iltapäivätoiminnan osallisuudesta lapsen kasvun, kehityksen ja hyvinvoinnin tukijana on olemassa aiempaa tutkimustietoutta, joista ilmenee, että iltapäivätoiminnalla todetaan olevan positiivisia vaikutuksia lapsen hyvinvoinnille. Halusimme nostaa työsämme esille joitakin aikaisempia tutkimuksia, sillä niiden asiasisällöstä löytyy lukuisia yhtäläisyyksiä teoreettisen viitekehiksemme kanssa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) tutkimuksen ”Miten lasten ja perheiden palvelut vastaavat tarpeita – Vanhempien näkökulma” tavoitteena oli edistää lasten ja perheiden terveyttä sekä hyvinvointia. Tutkimusraportissa tuotettiin tietoa lasten terveydestä ja perheille suunnattujen palveluiden tarpeellisuudesta sekä siitä, kuinka tällaiset palvelut ovat saatavilla. (Perälä ym. 2011, 7.)

Tutkimusaineistoa kerättiin postikyselyllä satunnaisotantana vuonna 2009 ja tutkimukseen osallistui 571 äitiä ja 384 isää, joilla on alle 9-vuotiaita lapsia. Tutkimuksesta selvisi, että vanhemmilla on myönteinen käsitys vanhempana pärjäämisestä ja omasta sekä lastensa terveydestä. Tutkimuksesta kuitenkin selvisi, että lähes joka viidennellä vanhemmalla on jokin pitkäaikaissairaus, -vika tai -vamma. Lapsista 14 prosenttia kärsi erilaisista poikkeavuuksista kehityksessä tai oppimisessa. Lähes joka viides lapsista oli kokenut kiusaamista puolen vuoden aikana. Vanhemmille huolta aiheuttavat lapsen fyysinen terveys, psykososiaalinen kehitys ja terveys. Vanhempia huolestuttavat myös lapsen sosiaaliset suhteet ja tunne-elämä. Yli 80 prosentilla vanhemmista oli jokin huoli, mikä liittyy lapseen tai vanhempana toimimiseen. Tulosten perusteella tutkijat tuovat esille sen kuinka tärkeää on keskustella vanhempien kanssa heitä askarruttavista asioista. Vanhemmat tarvitsevat apua muun muassa lapsen terveyteen ja arjessa jaksamiseen liittyvissä asioissa sekä he tarvitsevat tukea lapsen hoitoon ja kasvatukseen. (Perälä ym. 2011, 8.)

Vanhemmat olivat pääosin tyytyväisiä palveluihin, joita heille tarjotaan, ja yhteistyöhön palvelualan ammattilaisen kanssa. Tyytyväisimpiä vanhemmat olivat avoimeen varhaiskasvatukseen ja liikuntatoimiin liittyviin palveluihin. Palveluja tulisi yhteen sovittaa entistä paremmin, minkä keinona on parempi koordinointi. Siirtymätilanteissa tulisi ottaa huomioon myös lapsen kaverisuhteet ja sisarukset. (Perälä ym. 2011, 9.)



Toisessa tutkimuksessa, jonka haluamme nostaa esille, kartoitetaan kerhonohjaajien käsitystä koululaisten terveyteen liittyvissä teema-alueissa ja terveystkasvatuksen toteutumisesta kerhotoiminnassa. Tutkimusaineisto on kerätty vuonna 2003 teemahaastatteluilta. Tutkimusaineisto koostuu yhdeksästä yksilöhaastattelusta. (Airinto-Friman 2007, 2.)

Kerhonohjaajat kokivat, että kerhot tukevat lapsen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä positiivisesti. Kerhossa käyvien lasten minäkuva ja itsetunto vahvistuvat ja lapset oppivat sosiaalisia taitoja. Tutkimuksessa nousee esille myös se, että kerho tarjoaa lapselle turvallisen ajanviettopaikan. (Airinto-Friman 2007, 2, 53 - 55, 59 - 62.)

Harvard Family Research Project (2008) tutkimus ”After school programs in the 21st century – Their potential and what it takes to achieve it” käsittelee 10 vuoden aikana tehtyjen tutkimusten yhteenvetoa iltapäivätoiminnan vaikuttavuudesta Yhdysvalloissa. Tutkijat ovat pohtineet kymmenen vuoden aikana iltapäivätoiminnan tarkoituksenmukaisuutta kysymyksiin: onko tarkoituksena parantaa lapsen sosioemotionaalista kasvua ja sosiaalisten taitojen kehittymistä? Ja onko tarkoitus ehkäistä lapsen negatiivista käyttäytymistä sekä pitää lapset turvassa? Tutkimus kokoaa yhteen kauan pohdittujen keskustelujen tuloksen siitä, kannattaako lapsen osallistua iltapäivätoimintaan ja mitä vaaditaan siihen, että saadaan aikaan positiivisia tuloksia. (Little ym. 2008, 1 - 2.)

Tulosten pohjalta iltapäivätoiminnan todettiin olevan tuloksellista esimerkiksi sosiaalisella, ennaltaehkäisevällä ja fyysisellä hyvinvointitasolla sekä osaltaan myös taloudellisella tasolla. Iltapäivätoimintaan osallistuneet lapset olivat esimerkiksi matemaattisesti lahjakkaampia ja he olivat saaneet parempia pistetuloksia kuin ne lapset, jotka eivät olleet iltapäivätoimintaan osallistuneet. Iltapäivätoimintaan osallistuvat olivat myös tutkimusten mukaan paremmin kehittyneitä sosioemotionaalisella tasolla: lapset omasivat paremman minäkuvan ja itsetunnon. Tutkimustulokset osoittavat, että lapsena iltapäivätoimintaan osallistuminen vähentää riskikäyttäytymistä myöhemmällä iällä ja auttaa lapsia suuntaamaan muun muassa kohti parempia elämäntapoja. (Little ym. 2008, 2 - 5.)

Tutkimuksesta nousee esille kolme ehtoa, joiden tulee täyttyä, jotta iltapäivätoiminnalle voidaan asettaa selkeät tavoitteet ja päämäärät sekä näin taata halutut positiiviset tulokset. Ehdot ovat: toimintaan pääseminen ja sitova osallistuminen, laadukas toimin-

ta ja koulutettu henkilökunta sekä yhteistyö koulujen, perheiden ja muiden instituuttien kanssa, joissa lapset oppivat. (Little ym. 2008, 5 - 9.)

MLL:n iltapäivätoiminnan ja Opetushallituksen tavoitteet kulkevat käsikkäin Harvard Family Research Project tutkimustulosten kanssa. MLL:n iltapäivätoiminta pyrkii toiminnallaan ehkäisemään muun muassa lasten riskikäyttäytymistä, joka puolestaan ehkäisee lasten ja nuorten syrjäytymistä. Lisäksi MLL ja Opetushallitus ovat laatineet tavoitteet sosiaalisten taitojen kehittämisestä ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin lisäämisestä iltapäivätoiminnassa ja kyseiset tavoitteet nousevat esille myös Harvard Family Research Project tutkimustuloksista.

Opinnäytetyössä tutkimme kuinka Mannerheimin Lastensuojeluliitto iltapäivätoiminnallaan tukee lasten kasvua, kehitystä ja terveyttä sekä kuinka iltapäivätoiminta tukee vanhempia heidän kasvatustyössään. Tämän vuoksi aiemmin kuvatut tutkimukset ovat olleet merkittäviä, sillä niissä nousee samoja asioita esille, mitä opinnäytetyössämme tutkimme. Esimerkiksi Airinto-Frimanin (2007) ja Littlen ym. (2008) tutkimusten tuloksista voidaan löytää yhtäläisyyksiä. Molempien tutkimusten tuloksista ilmenee, että iltapäivätoiminta tukee lapsen minäkuvan ja itsetunnon positiivista kehittymistä sekä vahvistumista. Molemmista tutkimuksista nousee esille myös lasten sosiaalisten taitojen kehittyminen ja opettelu. Perälän ym. (2011) tutkimuksen kokonaisvaltaisena tavoitteena on lapsen ja vanhempien hyvinvoinnin edistäminen ja Airinto-Frimanin sekä Littlen tutkimukset nostavat juurikin niitä asioita esille, joiden avulla perheiden hyvinvointia voidaan ylläpitää ja edistää.

#### **4 LAPSEN KASVUN JA KEHITYKSEN TUKEMINEN**

Normaalia kasvua ja kehitystä tuetaan täyttämällä lapsen perustarpeet eli huolehtimalla lapsen ravitsemuksesta, riittävästä unesta ja liikunnasta. Lapselle tulee tarjota myös vuorovaikutuksellisia suhteita ja erilaisia fyysisiä aistimuksia eli virikkeitä. Lapsen normaaliin kehitykseen tarvitaan myös turvallinen elinympäristö ja yhteisö, johon lapsi tuntee kuuluvansa. Yhteisöiksi luokitellaan esimerkiksi koulu, iltapäivätoiminta ja perhe. Ihminen kehittyy yksilöllisesti läpi elämän vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa, mutta hän voi myös omilla valinnoillaan ja aktiivisuudellaan vaikuttaa omaan kehitykseensä. (Puustjärvi 2011, 6 - 7; Ritmala ym. 2009, 64 - 70, 72.)

Kehityksen osa-alueet voidaan karkeasti jakaa fyysiseen ja motoriseen kehitykseen, kognitiiviseen kehitykseen, persoonallisuuden kehitykseen sekä sosiaaliseen kehitykseen. Kehityksen osa-alueet liittyvät vahvasti toisiinsa. (Ritmala ym. 2009, 64.)

Lapsen *fyysiseen kasvuun* vaikuttavat elinympäristö ja geenit. Lapsi kasvaa pituutta kouluiässä eli seitsemännestä ikävuodesta murrosikään noin 6 cm vuodessa, kun taas ensimmäisen elinvuoden aikana pituuskasvu on noin 24 cm vuodessa. Lapsen fyysistä kasvua tukevat terveellinen ravitsemus ja riittävät, noin 10 tunnin yöunet. Myöhemmin lapsuudessa lapsilla alkaa esiintyä kasvupyrähdyksiä. (DeBord 1997, 2; Ritmala ym. 2009, 121 - 122; Storvik-Sydänmaa ym. 2012, 62.)

*Motorinen eli liikkeiden kehitys* jatkuu hedelmöittymisestä aikuisuuteen. Seitsemänteen ikävuoteen mennessä lapsi on oppinut hallitsemaan lihaksistoa ja hienomotorisia taitoja, kuten pitämään kynää kädessä ja kirjoittamaan lisäksi oman nimensä. Koulukäisen lapsen motoriset taidot ovat hyvin kehittyneet ja lapsi harrastaa sekä leikkii normaalisti paljon ja lasta onkin hyvä kannustaa näiden pariin. Motoristen taitojen kehittymistä tuetaan tarjoamalla lapselle erilaisia toimintoja ja virikkeitä, joissa vaaditaan motoriikkaa. Tällaisia ovat esimerkiksi väritys- ja kirjoitustehtävät sekä liikunta-harjoitukset, jotka vaativat käsi-jalka -koordinaatiota. (Einon 2002, 109; Ritmala ym. 2009, 124 - 131; Rokkanen 2009, 10; Storvik-Sydänmaa ym. 2012, 62.)

*Psyykinen kehitys* on moninainen kokonaisuus, johon vaikuttavat geeniperimä ja biologiset sekä vuorovaikutukselliset tekijät. Edellä mainitut tekijät eivät ole itsenäisiä vaikuttajia, vaan ne ovat vuorovaikutuksellinen ja toisistaan riippuva kokonaisuus. Lapsi alkaa ajatella hänen omaa käyttäytymistään ja ymmärtämään, että teoilla on seurauksensa. Lapsen psyykkistä kehitystä tuetaan olemalla aidosti läsnä ja kuuntelemalla lasta. Lapselle pitää taata riittävästi yhteistä aikaa välittävien aikuisten seurassa ja lasta täytyy kannustaa, rakastaa ja hänelle tulee osoittaa empatiaa. On myös tärkeää tukea lasta erilaisissa ongelmatilanteissa. (DeBord 1997, 3; Puustjärvi 2011, 7; Sinkkonen 2000, 15.)

*Sosiaaliseen kehitykseen* kuuluu vanhemmilta ja sisaruksilta opitut sosiaaliset taidot, kuten vuorovaikutustaidot ja sukupuolierojen tunnistaminen. Sosiaalisen kehityksen kannalta on tärkeää asettaa lapselle rajoituksia, mutta myös osoittaa lapselle, että hä-

nen tarpeisiinsa vastataan. Kun lapsi saavuttaa kouluiän, hänestä alkaa tulla perheenjäsen, joka haluaa ottaa vastuuta ja auttaa muita. Lisäksi itsekriittisyys alkaa lisääntyä. Kouluikäinen lapsi osaa toimia itsekseen, mutta viihtyy myös toisten seurassa. Kaverisuhteiden merkitys korostuu kouluiässä. (Kangas & Uusitalo 2009, 12; Koistinen ym. 2004, 72 - 73; Ritmala ym. 2009, 166 - 167.)

Vertaisryhmät ovat osana sosiaalisen kehityksen tukemista. Vertaisryhmien eli omien ikätovereidensa kanssa lapsi harjoittelee erilaisten roolien ottamista ja kerää kokemuksia erilaisista vuorovaikutussuhteista. Vertaisryhmien avulla lapsi oppii erilaisia toimintamalleja ja yhteistoiminnan sääntöjä, kuten oman vuoron odottamista sekä hän opettelee myös kuuntelemaan muita lapsia ja aikuisia. Vertaisryhmien antama palaute lapsen omasta käyttäytymisestä kehittää erilaisia vuorovaikutustaitoja ja ylläpitää sekä kehittää lapsen minäkuvan kehittymistä. Ystävyys-suhteiden puuttumien ja ikätovereiden osoittama hyljeksintä johtavat lapsen kielteisen minäkuvan syntyyn. (Kangas & Uusitalo 2009, 12; Keltikangas-Järvinen 2010, 190 - 199; Ritmala ym. 2009, 166 - 167.)

*Kognitiivinen kehitys* on ihmisen tiedon käsittelyä ja sen kehittymistä. Kognitiiviseen kehitykseen kuuluvat havaitseminen, ajattelu, älykkyys ja lahjakkuus, oppiminen sekä kielellinen kehitys. Kouluikäinen lapsi opettelee lukemaan ja kirjoittamaan, käyttämään abstrakteja käsitteitä laajemmin ja lapsi kehittyy verbaalisesti sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Kouluiässä lapsi oppii luokittelemaan käsitteitä ja ajattelu kehittyy joustavammaksi. Lasten kognitiiviseen kehitykseen vaikuttavat ympäristön virikkeellisyys ja hänen oma luontainen uteliaisuutensa. Aikuisilla on myös iso rooli lapsen kognitiivisen kehityksen tukijana, sillä aikuinen ihminen on vastuussa virikkeistä, joita hän lapselleen sallii. Aikuisen tulee asettaa rajoja ja sääntöjä siinä samassa missä hän on joustava ja salliva. (Ritmala ym. 2009, 134 - 140; Storvik-Sydänmaa ym. 2012, 63.)

Oppiminen on osana kehitystä ja se tapahtuu toisinaan huomaamatta. Oppimista tapahtuu läpi elämän ja sitä kautta kehitämme itseämme ja erilaisia taitojamme. Aluksi oppiminen on mallioppimista eli pieni lapsi matkii vanhempiansa toimintaa. Myöhemmin oppiminen muuttuu kokeelliseksi ja toiminnalliseksi sekä teoretiedon pohjalta opituksi. Lapselle tulee siis antaa mahdollisuus oppia uusia taitoja oma-aloitteisesti ja hänen tulee myös oppia tekemistään virheistä. Opettaminen ja lapsen omakohtainen

oppiminen ovat osana hänen normaalia kasvua ja kehitystä. Kasvua ja kehitystä tuetaan opettamalla lapselle elämässä selviytymisen keinoja, elämän arvoja, normeja ja asenteita, jotta lapsesta kehittyy vastuuta ottava yhteiskunnan jäsen. (Einon 2002, 109; Ritmala ym. 2009, 64, 72.)

*Persoonallisuuden kehitykseen* vaikuttavat erilaiset vuorovaikutussuhteet. Kehitystä omassa persoonassa tapahtuu läpi elämän. Kartoitamme omia voimavarojamme, etsimme omaa paikkaamme ja kehitämme omaa itsetuntoamme. Kaikki nämä edellä mainitut asiat vaikuttavat persoonallisuutemme. Persoonallisuuden kehitystä tuetaan vahvistamalla lapsen itseluottamusta kertomalla hänen tärkeydestään ja uskomalla lapsen kykyihin pärjätä arjessa. (Einon 2002, 109; Ritmala ym. 2009, 144 - 145.)

## **5 LAPSEN TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN TUKEMINEN**

Hyvinvointi on laaja ja vaikeasti määriteltävissä oleva käsite. Se koostuu monista eri tekijöistä kuten inhimillisten perustarpeiden, elinolojen ja yhteisyyssuhteiden sekä osallisuuden tarpeiden täyttymisestä. Hyvinvointiin kuuluu myös turvallisuus ja ympäristön puhtaus. Inhimillisiä perustarpeita ovat ruoka, juoma, suoja ja elämässä selviytymisen taidot, kuten sosiaaliset ja kognitiiviset taidot. Elinolot pitävät sisällään toimeentulon, työllisyyden ja terveyden sekä koulutuksen. Yhteisyyssuhteilla tarkoitetaan suvun, perheen, ystävien ja sukulaisten keskinäistä vuorovaikutusta. Osallisuudella tarkoitetaan yhteisössä vaikuttamista ja kuulluksi tulemistä, omiin päätöksiin osallistumista ja mielekästä työntekoa. Hyvinvointiin kuuluu lisäksi henkilökohtaisia arvostuksia ja tuntemuksia. (Bardy 2009, 229 - 230; Sosiaali- ja terveysministeriö 2007, 11.)

Vanhempien tai huoltajien vastuulla on taata lapselle tasapainoinen kehitys ja yksilöllisten tarpeiden mukainen hyvinvointi. Lasten hyvinvointiin vaikuttavat sosiaalinen, fyysinen ja psyykkinen kehitys ja terveys, terveystottumukset, kaveripiiri, leikit ja harrastukset sekä koulu. Muita vaikuttavia tekijöitä on vanhempien hyvinvointi, heidän työelämä paineinen ja muutoksineen sekä yhteiskunnallinen perhepolitiikka. Lasta kasvattavat ja hoitavat henkilöt ovat ensisijaisia tekijöitä, joista lasten terveys ja hyvinvointi riippuvat. Lasten ja aikuisten hyvinvointi eivät ole irrallisia asioita, vaan esimerkiksi perheen elinolosuhteet ja aikuisten vaikeudet työelämässä heijastuvat

myös lasten hyvinvointiin. (Hakulinen-Viitanen ym. 2012, 33; Pelkonen ym. 2013, 5, 15; Sosiaaliportti 2013; Vornanen 2001, 36 - 39.)

Vanhempien huoli työn ja perheen yhteensovittamisesta lapsiperheissä on tavallista. Ajan riittäminen lapsille, omaan parisuhteeseen ja taloudellisen toimeentulon hankintaan ovat tavallisimpia huolen aiheita vanhemmilla. Ansiotyön ja perheen yhteensovittaminen vievät aikaa ja vaativat henkisiä ja fyysisiä voimavaroja vanhemmilta. Mikäli näitä voimavaroja ei löydy tarpeeksi, on hyvinvointi ja vanhempien jaksaminen uhattuna. (Lammi-Taskula & Lammi 2009, 38.)

Lapsen terveyttä ja hyvinvointia tuetaan turvaamalla lapsen kasvu- ja elinympäristö, tarjoamalla lapselle säännöllisesti terveellisiä aterioita, riittävästi unta sekä monipuolista liikuntaa. Kiusaamisen ehkäisy on myös hyvinvoinnin tukemista. Vanhempien tehtävänä on huolehtia lisäksi lapsen hygieniasta ja mediakasvatuksesta. (Center for Disease Control and Prevention 2014; Hermanson 2008, 17.)

*Ravitsemuksella* on iso vaikutus lapsen kehitykselle, terveydelle ja hyvinvoinnille. Se vaikuttaa myös lapsen vireystilaan. Mikäli ravitsemuksessa on ensimmäisten ikävuosien aikana puutteita, voi lapsen kehitys hidastua. Aliravitsemus heikentää fyysistä kasvua lapsuudesta aina murrosikään asti. Lapsen riittävä ravinnonsaanti turvataan monipuolisella ja terveellisellä ruokavaliolla ja ruokailujen tulisi tapahtua tasaisin välein, jotta energian saantikin on tasaista. Lapsen päiväohjelmaan tulisi kuulua viisi ateriaa: aamupala, lounas, välipala, päivällinen ja iltapala. Jotta lapsi pystyisi keskittymään ja oppimaan koulussa, on runsas aamupala tärkeä. Aamupalan poisjättäminen voi näkyä iltapäivällä esimerkiksi väsymyksenä. (Gallahue & Ozmun 2006, 181 - 182; Hasunen ym. 2004, 150; Nuori Suomi ry 2013; Suomen Sydänliitto ry, 2012a.)

Välipalat ovat lapselle tärkeä aterialisä päivään. Välipala ei korvaa varsinaista ateriaa, mutta sen avulla lapsi jaksaa paremmin seuraavaan ateriaan. Hammasystävälliset, runsaasti kuitua ja kasviksia sekä sopivasti energiaa ja pehmeitä rasvoja sisältävät välipalat ovat hyviä lapselle. Välipalassa tulisi olla vain vähän suolaa, sokeria ja kovia rasvoja. Hyvästä välipalasta vapautuu energiaa tasaisesti pitkäksi ajaksi. Esimerkiksi leivokset, makeiset ja virvoitusjuomat eivät ole sopivia välipaloja lapselle, sillä niistä energia vapautuu vain hetkellisesti. Hyviä välipaloja sen sijaan ovat esimerkiksi he-

delmät, marjat, puurot ja vähärasvaiset ja -sokeriset viilit. (Suomen Sydänliitto ry 2012b.)

Ruokailutilanteet auttavat lasta kehittämään luovuutta, vastuuta ja sosiaalisia taitoja. Kun lapsi syö yhdessä muiden kanssa, oppii hän toisten huomioon ottamista ja hyviä käytöstapoja. Lapsen osallistuminen esimerkiksi pöydän kattamiseen tai ruoan tarjoiluun kehittää vastuunottamista yhteisistä asioista. Kun lapsi pääsee osallistumaan ruoan valmistukseen, hän saa positiivisia kokemuksia tuntemalla tekemisen iloa ja pääsemällä nauttimaan työnsä tuloksista. Tämä voi myös vaikuttaa myönteisen kuvan luomiseen ateriahetkistä. Luovuutta lapsi oppii hyödyntämään esimerkiksi ruoan esille laitossa ja pöydän kattamisessa. (Hasunen ym. 2004, 150 - 151; Kinnunen 2000, 79 - 80.)

Oikein toteutettu *liikunta* auttaa kouluikäisten lasten terveyden ja hyvinvoinnin edistämisessä. Yleissuositus fyysisen aktiivisuuden määrästä kouluikäisille on laadittu terveystieteiden tutkimusten näkökulmasta ja se soveltuu kaikille 7 - 18-vuotiaille. Suositus määrittää, että 7-vuotiaiden lasten tulisi liikkua minimissään 2 tuntia päivässä reipasta liikuntaa ja liikunnan tulisi olla monipuolista ikään nähden. Näin voidaan vähentää useimpia terveyshaittoja, kuten liikalihavuutta ja huonoa kuntoa, jotka aiheutuvat liikumattomuudesta. Vanhempien ja muiden lapsen kasvatukseen osallistuvien tulee huolehtia siitä, että lapsi liikkuu riittävät kaksi tuntia päivittäin. Liian yksipuolinen liikunta tai liiallisuuksiin menevä urheilu voi kuitenkin olla haitallista lapsen kehitykselle. Liiallinen urheilu voi vahingoittaa lapsen niveliä ja aiheuttaa murtumia. (Gallagher ym. 2006, 18; Opetusministeriö 2006, 18 - 19.)

Liikunnan pitäisi olla lapsille iloa ja elämyksiä tuottava kokemus ja sen pitäisi olla hauskaa. Näiden kriteerien täyttyminen edellyttää, että liikunta toteutetaan lasten ehdoilla ja heidän näkökulmastaan katsoen. Hyvät liikuntataidot avaavat ovia lukuisille erilaisille harrastusmahdollisuuksille tulevaisuudessa. (Opetusministeriö 2006, 21 - 22.)

Fyysisellä aktiivisuudella on positiivisia vaikutuksia lapsen kehitykseen. Se on tärkeää fyysiselle ja psyykkiselle kehitykselle ja kasvulle, sillä se vaikuttaa lapsen terveyteen ja hyvinvointiin, lapsen ajatustoiminnan kehitykseen ja motoristen perustaitojen sekä erityistaitojen kehittymiseen. Monipuolinen liikunta tukee hermostollista kehitystä ja

vahvistaa lapsen uusien taitojen oppimista. Tämän vuoksi liikuntaa tulisikin harrastaa viikon jokaisena päivänä. Sosiaalisen ja eettisen kehityksen näkökulmasta katsoen liikunnan tulisi pohjautua harjoitus- ja opetusmenetelmiin, jossa lasten ryhmätyöskentelytaidot ja omatoimisuus korostuvat sekä kehittyvät. Liikunta vahvistaa myös luita ja niveliä. Sopivia lajeja ja harrastusmuotoja luuston vahvistamiseksi ovat erilaiset hyppyt, temppuradat sekä vauhdikkaat palloilulajit. Nivelien liiketaajuutta ylläpitäviä lajeja ovat esimerkiksi venyttely ja voimistelu. (Gallahue ym. 2006, 18; Opetusministeriö 2006, 18, 21 - 23; Storvik-Sydänmaa ym. 2012, 79.)

Nykyisellä *viihdemedialla* on suuri rooli lasten hyvinvointiin sekä kasvuun ja kehitykseen. Viihdemedia käsittää muun muassa television katselun, tietokoneen käyttämisen ja videopelien pelailun. Kouluikäisen lapsen tulisi viettää ruudun ääressä enintään kaksi tuntia päivässä. Aikuisen tehtävänä on asettaa lapselle rajat mediaviihteen käytöstä. (Hermanson 2008, 17; Terveiden- ja hyvinvoinnin laitos 2011, 7.)

Lähes jokainen kouluikäinen lapsi on pelannut jotakin digitaalista peliä ja useimmat pelaavat säännöllisesti. Parhaimmillaan pelaaminen on lapselle hyödyllinen ja viihdyttävä tapa viettää aikaa sekä oppia uusia kokemuksia. Pelaaminen voi merkitä lapselle mukavaa yhdessäoloa ja sosiaalistumista. Pelaamisella voi olla myönteisiä vaikutuksia myös lapsen kehitykselle. Lapsi voi oppia muun muassa kehittämään yhteistyötaitoja, kognitiivisia, motorisia ja sosiaalisia taitoja, strategiakykyä sekä esimerkiksi englanninkielen taitoa. (Terveiden- ja hyvinvoinnin laitos 2011, 8 - 10.)

Pelien haittoja voidaan kuvata fyysisinä ja sosiaalisina haittoina. Muun muassa unettomuus ja silmien väsyminen ovat fyysisiä haittoja. Myös fyysinen aktiivisuus jää usein pelejä pelaavilla lapsilla hyvin vähäiselle. Nykyään on lapsia kuitenkin saatu liikunnallisten videopelien avulla liikkumaan enemmän. Sosiaalisia haittoja voivat olla esimerkiksi koulumenestyksen heikentyminen ja perheen sisäiset riidat esimerkiksi pelaamisen rajoitusten vuoksi. (Opetusministeriö 2006, 23 - 24; Terveiden- ja hyvinvoinnin laitos 2011, 10.)

Liian raju television mediasisältö voi olla haitaksi lapselle. Haitallisimmat riskit lapsen kehitykselle johtuvat ikään sopimattomasta sisällöstä, suurimpana tekijänä aggressiivisuus. Sopimaton mediasisältö voi aiheuttaa lapselle unihäiriöitä ja keskittymisvaikeuksia sekä pelokkuutta. Liiallinen televisioruudun ääressä istuminen ei kehitä lasta



luomaan sosiaalisia tukiverkkoja tai ongelmanratkaisutaitoja. Aikuisen tuki on lapselle tärkeää, jotta hän osaa käsitellä mediasisältöä oikealla tavalla. Ikärajat auttavat löytämään lapselle sopivat ohjelmat esimerkiksi televisiosta ja elokuvista. (Mediakasvatus- ja kuvaohjelmakeskus 2012.)

Ala-kouluikäisen lapsen tulisi nukkua noin 10 tuntia vuorokaudessa. Riittävä *uni* edistää lapsen kehitystä ja kasvua sekä hyvinvointia monella tapaa. Uni on tärkeää aivojen toiminnalle, sillä se mahdollistaa uuden tiedon oppimisen sekä jo opitun tiedon muistiin painumisen. Unen aikana erittyy myös hormonia, jota lapsi tarvitsee kasvaakseen. Uni on tärkeää lapsen tunne-elämän kannalta, sillä unen aikana lapsi käsittelee muun muassa pelkojaan. Hyvä uni vaikuttaa positiivisesti lapsen mielialaan, vireystasoon ja keskittymiskykyyn sekä luovuuteen. Riittävästi nukkunut lapsi jaksaa leikkiä ja osallistua esimerkiksi koulutyöhön. Lapsen vastustuskyky ja toipuminen sairauksista vahvistuvat myös riittävän unen myötä. Ensisijaisesti vanhempien tehtävänä on huolehtia lapsen unen laadusta ja siitä, että lapsi saa riittävästi unta. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013c; Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013d.)

Kirves (2013) toteaa, että ”kiusaamisen ehkäisy on lapsen tasapainoisen kasvun ja kehityksen edellytys. Kiusaaminen vähentää kaikkien osapuolien hyvinvointia.” Kiusaamisen tahallisuus ja sen toistuvuus ovat tyypillistä kiusaamiselle, mutta koskaan ei pidä vähätellä lapsen omaa kokemusta tilanteesta. Kiusaamiseksi usein mielletään potkiminen, lyöminen, uhkailu ja nimittely, mutta kiusaaminen voi olla myös niin kutsuttua epäsuoraa kiusaamista, jossa esimerkiksi uhrista levitetään juoruja tai hänet suljetaan ryhmän ulkopuolelle. Kiusaaminen voi pahimmillaan johtaa lapsen syrjäytymiseen. Se voi alentaa lapsen itsetuntoa ja aiheuttaa masentuneisuutta tai ahdistuneisuutta. Kiusaaminen voi myös vaikuttaa osapuolten lisäksi muuhun lapsiryhmään negatiivisesti luoden turvattoman ilmapiirin ryhmään. Tämän vuoksi onkin tärkeää, että kiusaamisen ehkäisy aloitetaan jo varhain, ettei fyysisiä, psyykkisiä tai sosiaalisia ongelmia pääse syntymään. Vanhempien ja muiden aikuisten merkitys kiusaamisen ennaltaehkäisyssä korostuu. (Gladden ym. 2014, 6 - 8; Kirves 2013.)

## 6 VANHEMPIEN KASVATUSTEHTÄVÄT

Vanhemmalla on useita rooleja lapsen kasvattajana: hän toimii lapsen huoltajana, elämän opettajana, rakkauden antajana ja rajojen asettajana sekä ihmissuhdeosaaajana. Huoltajana vanhemmalla on velvollisuus antaa lapselle ruokaa, huolehtia lapsen puhtaudesta, hoitaa hänen sairauttaan ja turvata hänen leponsa. Rakkauden antaminen tarkoittaa, että lapseen luodaan konkreettinen kiintymyssuhde ja hän saa hellyyttä sekä turvaa vanhemmalta. Elämän opettajana vanhempi on velvoitettu siirtämään taitonsa ja arvonsa lapselleen ja rajojen asettajana vanhempi huolehtii lapsen turvallisuudesta. Esimerkiksi tietyt rutiinit, toistot ja selkeät säännöt tuovat lapselle turvaa. Ihmissuhdeosaaajana lapsi oppii vanhemmalta kuinka toisten ihmisten kanssa toimitaan ja miten näytetään toiselle, että välitetään. (Hermanson 2007, 68 - 69; Sosiaaliportti 2013.)

Vanhempien tehtävänä on ottaa lapsesta vastuu ja muodostaa häneen pysyvä suhde. Lapsi tarvitsee onnistumisen kokemuksia, ymmärrystä ja pysyvää huolenpitoa. Lapsen itsenäistymistä kohti aikuisuutta ja vastuullisuutta tulee tukea. Vanhempien tulee olla lapsensa kanssa aktiivisesti vuorovaikutuksessa, hänen tarpeistaan tulee huolehtia ja mielipiteitään kuunnella. Vanhempien tulee siis antaa lapselle niin moraalista, tapakuin normikasvatustakin. Näillä eväillä lapsi oppii elämään yhteisön jäsenenä. (Hermanson 2007, 49, 83; Sosiaaliportti 2013.)

Vanhempien ensisijaisena tehtävänä on lapsen hyvinvoinnista ja tasapainoisesta kehityksestä huolehtiminen. Lapselle on pyrittävä antamaan sellainen kasvuympäristö, jossa hän voi kasvaa turvallisesti ja jossa hänelle tarjotaan tarpeeksi virikkeitä. Lapsen kanssa toimivat viranomaiset ovat tukemassa vanhempia heidän kasvatustyössään. (Suomen Vanhempainliitto ry 2013; Sosiaaliportti 2013.)

Lapsuudessa luodut mahdollisuudet ja arjen ratkaisut luovat perustan lapsen tulevaisuudelle. Kasvatusta voidaan luonnehtia ja hahmottaa lasten sekä aikuisten välisenä vuorovaikutuksena. Vanhempien kasvatustehtävinä ovat muun muassa tarjota lapselle sellaisia kokemuksia, joiden avulla hän pääsee kehittämään ominaisuuksiaan, opettaa lasta saamaan tietoa hyvästä ja pahasta, oikeasta ja väärästä sekä opettaa lasta elämään arvojen kautta, joita pidetään merkityksellisinä elämän rakentumiselle. Tällaisia arvoja ovat esimerkiksi rakkaus, ystävyys, vapaus, moraalinen vastuu ja yksilöllisyys. Van-

hempien tehtävänä on myös opettaa lapselle yhteiskunnan normeja, sääntöjä ja tapoja. (Pesonen 2011, 2 - 3.)

Käytännön taitojen opettajana vanhempien merkitys korostuu huomattavasti. Etenkin kouluikäiselle lapselle tulisi opettaa taitoja, jotka ohjaavat opiskelua. Lapsi oppii näin myös sen, kuinka työskennellä mahdollisimman mielisesti. Luottavainen, avoin ja positiivinen tunneilmasto perheessä sekä se, että lapsen tekemisille osoitetaan aitoa kiinnostusta, vahvistavat lapsen menestystä ja tuloksellisuutta esimerkiksi koulussa. (Mustonen 2007, 31.)

## **7 TUTKIMUSMENETELMÄT**

Valitsimme laadullisen tutkimusmenetelmän, sillä tarkoituksena oli kartoittaa perheiden kokemuksia iltapäivätoiminnasta ja halusimme saada kohdejoukon omia mielipiteitä esille mahdollisimman kuvailevassa muodossa. Laadullisessa tutkimuksessa kohdejoukko eli tutkimukseen osallistuvat henkilöt valitaan tarkoituksenmukaisesti ja tutkija on kiinnostunut heidän ajatuksistaan sekä kokemuksistaan. Kohdejoukko opinnäytetyössämme on tarkasti rajattu. Kohdejoukkona on MLL:n iltapäivätoimintaan vuosina 2012 ja 2013 osallistuvat perheet. Laadullisessa tutkimuksessa kohdejoukko voi olla pieni, sillä tarkoituksena on ymmärtää tutkittavaa asiaa paremmin, eikä siten tarkoituksena ole saada tilastollisesti yleistettävää tutkimustietoa. Tutkimuksen tarkoituksena on saada uusia näkökulmia. (Eskola & Suoranta 1999, 13 - 18, 61 - 62; Hirsjärvi ym. 2009, 161 - 165.)

### **7.1 Aineistonkeruu**

Opinnäytetyön aineiston keräsimme Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistyksen iltapäivätoimintaan osallistuvilta perheiltä keväällä ja syksyllä 2013. Tutkimukseen osallistui neljä lasta ja kolme vanhempaa. Lapset olivat iältään 8–9-vuotiaita ja vanhemmat olivat yli 41-vuotiaita. Tutkimukseen osallistui kaksi äitiä ja yksi isä. Lapsia haastattelimme pienryhmänä keväällä 2013 ja haastattelu toteutettiin teemahaastatteluna. Vanhemmilta pyrimme keräämään aineiston kyselylomakkeella myös keväällä 2013, mutta tuolloin emme saaneet ainuttakaan vastausta. Tähän vaikutti mahdollisesti tutkimusmateriaalin toimittamisesta johtuvat ongelmat ja osaksi

myös valitsemamme ajankohta, sillä iltapäivätoiminta sulkee ovensa kesän ajaksi ja lähetimme kyselylomakkeet vasta toukokuun loppupuolella. Syksyllä 2013 lähetimme vanhemmille jälleen kyselylomakkeet kerhonohjaajien kautta ja tuolloin saimme kolme lomaketta täytettynä.

Teemahaastattelumme sisälsi tutkimuskysymysten pohjalta laaditun haastattelurunon (Liite 3) mukaiset kysymykset. Haastattelimme lapsia yhtä aikaa, sillä haastatteluun osallistuvien lukumäärä oli kohtalaisen pieni ja näin lasten ei tarvinnut kohdata uusia aikuisia yksin, vaan he saivat tukea tutuilta lapsilta. Haastattelun aikana kysyimme tarkentavia lisäkysymyksiä, mikäli jokin asia jäi mielestämme epäselväksi. Näin varmistimme, että ymmärsimme lasten tarkoittamat asiat oikein, emmekä tulkinneet niitä väärin.

Haastattelun etuna on sen joustavuus. Jos haastateltava ei ymmärrä kysymystä, on haastattelijalla mahdollisuus selventää ja toistaa se. Tämä ei ole mahdollista esimerkiksi postikyselyssä. Ryhmähaastattelussa on haastavinta, ettei haastattelija omilla sanavalinnoillaan tuo esille omaa mielipidettään ja tätä kautta vaikuta haastateltavien vastaukseen. Haasteena on myös se, että ryhmähaastattelutilanteessa hiljainen tai arka lapsi ei uskalla tuoda omaa mielipidettään esille. (Ruusuvuori & Tiittula 2009, 11; Tuomi & Sarajärvi 2011, 72 - 73.)

Lasten haastattelussa tärkeää on luoda mahdollisimman rento ilmapiiri, jotta lapset uskaltaisivat tuoda omia mielipiteitään esille. Haastattelutilanne on aina aikuisen ja lapsen välistä vuorovaikutusta ja voi täten estää lasta kertomasta omia mielipiteitään avoimesti. Pyrimme haastattelutilanteessa niin ikään laskeutumaan lapsen tasolle, istuimme lasten kanssa samalla tasolla ja emme käyttäneet vaikeaselkoisia sanoja. Myös kysymykset olivat mietitty lapsille soveltuviksi, eikä kysymyksiin voinut vastata kyllä tai ei -vastauksin, sillä tarkoituksenamme oli saada kuvailevia vastauksia. Haastattelu-tila oli lapsille tuttu ja sinne ei haastattelun aikana päässyt ulkopuolisia paikalle. Lapset eivät jaksakaan keskittyä yhteen asiaan kovin kauaa ja tämän huomioimme siten, että teemoja oli useita, eikä haastattelu-aika ollut kovin pitkä. Haastattelu kesti noin 25 minuuttia. Lopussa huomasimme lasten keskittymiskyvyn heikentyneen, sillä he alkoivat liikkua paikoillaan levottomasti. Tuolloin jäljellä oli vain muutama kysymys. Lapset jatkoivat kuitenkin vasta myös viimeisiin kysymyksiin ja pääsivät sen jälkeen jatkamaan omia leikkejään. (Alasuutari 2005, 145 - 162.)

Nauhoitimme haastattelun, jotta pystyimme palaamaan haastateltavien vastauksiin jälkikäteen ja täten vältimme sen, etteivät vastaukset muuttuneet unohdusten pohjalta. Myös itse tilanteessa oli helppo keskittyä ainoastaan haastateltaviin, sillä meidän ei tarvinnut kirjoittaa vastauksia ylös, vaan aikaa jäi kirjoittaa yleisiä havaintoja haastateltavien käyttäytymisestä ja tilanteen kulusta. Tämä lisäsi myös haastattelun sujuvaa etenemistä. Heti haastattelun jälkeen kirjoitimme eli litteroimme haastattelun paperille sanasta sanaan, jotta pystyimme huomaamaan asiakokonaisuuksia paremmin ja jokaisen oli mahdollisuus siten pohtia aineiston analyysiä erikseen. (Ruusuvuori & Tiittula 2009, 14 - 16).

Vanhemmille suunnattu kyselylomake (Liite 4) sisälsi kolme suljettua kysymystä, joilla kerrytimme taustatietoja, ja kolme avointa kysymystä, joihin vanhemmat saivat vastata vapaalla tekstillä asiansa perustellen. Taustatietokysymyksillä pyrimme kartoittamaan vastaajien ikä-, sukupuolijakaumaa ja mikä on heidän perhemuotonsa. Avoimilla kysymyksillä saatiin vastaajien omia mielipiteitä ja kokemuksia esille ilta-päivätoiminnasta. Kysely on tehokas tapa kerätä aineistoa valitusta kohdejoukosta ja jokainen kyselyyn osallistuva saa samat kysymykset, joihin voi vastata itselleen sopivana ajankohtana ennalta määrätyn aikarajan sisällä. Kyselytutkimuksen etuna on, että voidaan kerralla kysyä monta asiaa monelta henkilöltä, jolloin säästyy tutkijoiden aikaa. Kyselytutkimuksen haittoina ovat mahdollinen vastauskato ja se, ettei voida tietää onko vastaaja vakavissaan. (Hirsjärvi ym. 2009, 193 - 195, 201.)

## **7.2 Aineiston analysointi**

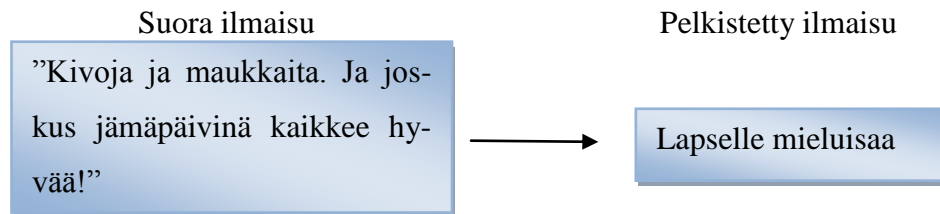
Laadullisen aineiston analysoinnin tarkoituksena on selkeyttää aineistoa ja tuottaa uutta tietoa tutkittavasta asiasta tai ilmiöstä (Eskola & Suoranta 1999, 138). Sisällönanalyysi on perusmenetelmä, jota voidaan käyttää kaikissa laadullisissa tutkimuksissa (Tuomi & Sarajärvi 2011, 91). Valitsimme analysointimenetelmäksi induktiivisen eli aineistolähtöisen sisällönanalyysin. Jaottelimme kuitenkin jo lasten haastattelurunkoa tehdessä kysymykset kahden eri teeman mukaan: terveys ja hyvinvointi sekä kasvu ja kehitys. Otimme huomioon nämä kaksi teemaa myös sisällönanalyysia tehdessä, sillä koimme sen helpottavan analyysin tekemistä. Tämän vuoksi aineistomme analyysi ei ole puhtaasti induktiivinen, vaan osaksi myös deduktiivinen eli teorialähtöinen sisäl-

lönanalyysi. Teorialähtöinen sisällönanalyysi tarkoittaa sitä, että se perustuu jo olemassa olevaan teoriaan (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006c).

Päätimme analysoida keräämämme aineiston siten, että lasten haastattelutulokset ja vanhemmille suunnatun kyselyn vastaukset analysoitiin omina aihealueinaan. Analysoimme vastaukset erikseen, sillä analysointivaiheessa se tuntui luontevimmalta ja selkeimmältä. Näin saimme tuotua esiin kaksi eri näkökulmaa iltapäivätoiminnasta terveyden ja hyvinvoinnin sekä kasvun ja kehityksen tukijana. Lisäksi meillä oli mahdollisuus etsiä lasten ja vanhempien kokemuksista yhdistäviä tekijöitä sekä eroavaisuuksia.

Aineistolähtöisessä tutkimuksessa aineisto on keskeisessä roolissa, jolloin analyysiyksiköt eivät ole ennalta sovittuja. Induktiivisessa sisällönanalyysissä edetään yksittäisistä havainnoista yleisiin väitteisiin. Aineistolähtöisen menetelmän haasteena on se, että tutkijat pysyvät aineistossa eivätkä aseta päätelmiä teorioiden perusteella. Aineistolähtöisessä analyysissä tutkija reflektoi aineistoa ja arvioi tutkimuksensa luotettavuutta. (Jeronen 2003, 71 - 74; Kyngäs & Vanhanen 1999, 5; Ruusuvuori ym. 2011, 11 - 26; Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006c.)

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi on kolmivaiheinen prosessi. Ensimmäisenä vaiheena on aineiston pelkistäminen keskeisiä asioita ja sisältöjä poisjättämättä. Pelkistäminen eli redusointi voi olla tiedon osiin pilkkomista tai sen tiivistämistä. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 5; Ruusuvuori ym. 2011, 11 - 26; Tuomi & Sarajarvi 2011, 108 - 113.) Aloitimme lasten aineiston analyysin lukemalla aluksi litteroidun aineiston useita kertoja läpi ja alleviivasimme korostuskynällä mielestämme tärkeimmät asiat. Koska kerätty aineisto oli melko suppea, valitsimme analyysiyksiköksi yksittäisiä sanoja lauseiden sijaan. Jaottelimme kerätyn aineiston kahteen eri teemaan: terveys ja hyvinvointi sekä kasvu ja kehitys. Tämän jälkeen lähdimme pelkistämään aineistoa. Esimerkiksi kysyttäessä lapsilta minkälaisia välipaloja heille tarjotaan, pystyimme vastausten perusteella pelkistämään aineiston ilmaisuun: lapsille mieluisia. Kuvaamme esimerkkiä pelkistämisestä kuviossa 1.



**KUVIO 1. Aineiston pelkistäminen**

Toinen vaihe on nimeltään ryhmittely eli aineiston klusterointi, joka tiivistää tutkimusaineistoa. Aineistosta etsitään eroja ja yhtäläisyyksiä ja samaa tarkoittavat asiat luokitellaan omaksi ryhmäksi, niiden sisältöä parhaiten kuvaavalla sanalla. Näin luodaan alakategoriat. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 108 - 113.) Ryhmittelimme aineistosta esiinnousseet ilmaisut ja näin loimme analyysillemme alakategoriat. Esimerkiksi pelkistetyistä ilmauksista liittyen välipaloihin ja niiden valmistukseen teimme johtopäätöksen, että alakategorioiksi voidaan luoda ravitsemustietous, monipuoliset välipalat ja vaikutusmahdollisuus (Liite 7(1)).

Kolmatta vaihetta kutsutaan abstrahoinniksi eli teoreettisten käsitteiden luomiseksi. Alakategorioille pyritään löytämään yhdistäviä tekijöitä ja muodostamaan niistä yläkategorioita. Lopuksi pohdimme analyysissä yläkategorioiden välisiä yhtäläisyyksiä ja loimme niistä pääluokat. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 108 - 113.)

Vanhemmilta kerätyn aineiston analysoimme induktiivisesti ja analyysiprosessi eteni samalla tavoin kuin lasten aineiston analyysi, erona ainoastaan se, että vanhempien aineiston käsittelimme yhtenä teemana. Analyysivaiheessa emme käyttäneet kyselylomakkeessa olevia suljettuja kysymyksiä, joilla kartoitimme vanhempien taustatietoja. Oletimme ettei tekijöillä ollut merkitystä suppean vastaajamäärän vuoksi ja näin ollen emme voineet tehdä johtopäätöksiä taustatekijöiden vaikutuksista avokysymykseen.

### 7.3 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen eettisyyttä täytyy huomioida ja pohtia jo tutkimusaihetta valitessa (Tuomi & Sarajärvi 2011, 129). Tutkimuseettisiä toimintatapoja ovat rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus. Näitä tulee toteuttaa jatkuvasti tutkimusprosessin aikana. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 132; Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.) Pohdimme opinnäy-

tetyön tarvetta ja rajausta ohjaavien opettajien sekä toimeksiantajan kanssa, jotta työmme palvelisi mahdollisimman hyvin meitä sekä toimeksiantajaa.

Tutkimuseettisiä kysymyksiä ovat esimerkiksi tutkimuslupaan liittyvät asiat, tutkimusaineiston keruuseen liittyvät ongelmat ja itse opinnäytetyöhön osallistumiseen liittyvät ongelmat, kuten haastattelijan vaikutus tutkimusyhteisöön (Eskola & Suoranta 1999, 52 - 53; Ruusuvuori & Tiittula 2009, 17 - 18). Selvitimme tutkimuslupaan liittyviä asioita yhdessä Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistyksen kanssa ja yhdyshenkilömme kertoi, ettei virallista tutkimuslupaa opinnäytetyömme tekemiseen tarvita. Tarvitsimme luvat (Liite 2) vanhemmilta lasten haastattelemiseen sekä lapsilta itseltään ennen haastattelutilanteen alkua.

Otimme tutkimuksen eettisyyden huomioon tutkimusaineiston keruuvaiheessa. Haastateltaville tulee kertoa ennen aineistonkeruuta, mitä aihetta haastattelu koskee. Tämä on yksi eettinen periaate haastattelussa, jota myös me itse noudatimme. Haastattelun aikana emme tuoneet omia mielipiteitä tai asenteitamme esille, jotta emme vaikuttaaneet haastateltavien vastauksiin. Ennen haastattelua kerroimme lapsille, että haastattelu tullaan nauhoittamaan, eivätkä ulkopuoliset henkilöt tule kuulemaan haastattelua. Muun muassa haastattelun salaa nauhoittaminen tai nauhoituksen levittäminen ulkopuolisille katsotaan tutkimuseettisiksi ongelmiksi (Eskola & Suoranta 1999, 52 - 53; Tuomi & Sarajärvi 2011, 73.)

Eettisyyttä täytyy myös huomioida sisällönanalyysin jokaisessa vaiheessa. On huomioitava, että tutkimukseen osallistuvat henkilöt pysyvät anonyymeina. Tutkimustulokset tulee esittää rehellisesti ja mitään pois jättämättä. Nämä ovat tutkijan eettisiä velvollisuuksia. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006a.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta täytyy arvioida muun muassa kerätessä tutkimusaineistoa, analysoitaessa sitä ja valitessa lähdemateriaalia (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006b). Koska olemme yhdistyksen ulkopuolisia henkilöitä, ei meillä ollut vanhemmista tai lapsista ennakkokäsityksiä, eivätkä ne siten voineet vaikuttaa meidän asenteisiimme ja odotuksiimme. Tulokset on käsitelty aineistolähtöisesti eivätkä ne sisällä tutkijoiden omia päätelmiä, mikä voisi osaltaan vaikuttaa opinnäytetyömme luotettavuuteen. Valmis opinnäytetyö tulee yhdistyksen verkkosivuille esille



ja tulokset esitimme siten, etteivät perheet sekä yksilöt ole ulkopuolisen tunnistettavissa. Tämä vaikuttaa suurelta osalta opinnäytetyömme eettisyyteen ja luotettavuuteen.

Haastattelun aikana haastattelijoiden tulee herättää haastateltavan luottamus, jotta vastaajat uskaltavat tuoda omia kokemuksia ja mielipiteitään julki opinnäytetyöhömmе. Haastateltavalle on painotettava, että haastattelutilanne on luottamuksellinen, eikä kukaan ulkopuolinen pääse kuuntelemaan nauhoituksia tai lukemaan keskeneräistä työtä tai siihen liittyviä oheismateriaaleja, kuten muistiinpanoja. (Ruusuvuori & Tiitula 2009, 17.)

Käytimme työssämme monipuolisesti lähteitä, jotta työn luotettavuus lisääntyisi. Pyrimme olemaan käyttämättä yli 10 vuotta vanhaa tutkimustietoa, mutta jotkin yli 10 vuotta vanhat tutkimukset olivat ainoat laatuaan, emmekä löytäneet halutusta asiasta tuoreinta tutkimustietoa. Jos käytimme vanhoja lähteitä, pyrimme viittamaan samassa kappaleessa useisiin eri lähteisiin, jossa vanhaa tutkimustietoa tuettiin uudemmalla tutkimustiedolla. Halusimme tuoda työssämme esille myös ulkomaankielisiä lähteitä luotettavuuden lisäämiseksi. Asetimme lisäksi tutkimuksille hyväksymis- ja poissulkukriteerit, joiden perusteella ne valikoituivat opinnäytetyöhömmе liittyvään kirjallisuuskatsaukseen (Liite 6(4)). Hyväksymis- ja poissulkukriteerien asettaminen sekä niiden toteutuminen lisäävät työmme luotettavuutta.

## 8 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimustulokset on esitetty tutkimuskysymyksittäin ja tulokset etenevät sisällönanalyysin mukaan (Liite 7).

### 8.1 Lasten kokemuksia terveyden ja hyvinvoinnin tukemisesta iltapäivätoiminnassa

*Ravitsemusta turvataan* iltapäivätoiminnassa tarjoamalla lapsille monipuolista ja vaihtoehtoista välipalaa. Iltapäivätoiminnassa tarjotaan välipalaksi hedelmiä, hedelmäsalaattia, leipää, muroja, jogurttia ja toisinaan lettuja sekä pannukakkuja. Yksi vastaajista tiedostaa kuitenkin jogurtin sisältävän runsaasti sokeria. Lapset saavat valita itse syövätkö he välipalaksi esimerkiksi voileipää vai hedelmäsalaattia. Välipalat ovat las-

ten mielestä maistuvia. Lapset osallistuvat ohjaajan kanssa välipalojen valmistamiseen, kuten sämpylöiden pyörittämiseen ja vihannesten pilkkomiseen. Ohjaajat yleensä päättävät minkälaisia välipaloja lapsille tarjotaan, mutta myös lasten mielipiteet otetaan huomioon.

*Fyysistä aktiivisuutta tuetaan ja ylläpidetään* iltapäivätoiminnassa päivittäin. Lapset ulkoilevat päivittäin noin tunnin verran ohjaajansa valvonnassa läheisen koulun pihalla. Iltapäivätoimintaan osallistuvat lapset pelaavat ja leikkivät niin ryhmässä kuin yksinkin. Ulkoillessaan lapset pelaavat jalkapalloa, keinuvat, hyppivät hyppynarua ja leikkivät erilaisia ryhmäleikkejä kuten kirkonrottaa. Toisinaan lapset käyvät läheisen koulun liikuntasalissa pelailemassa erilaisia sisäpelejä.

Lapset kokevat iltapäivätoiminnassa ollessaan väsymystä. Lapset kokevat väsymyksen jaksamattomuutena keskittyä annettuihin tehtäviin ja jaksamattomuutena leikkiä toisten kanssa. *Keskittymiskyvyn ylläpitämiseksi* iltapäivätoiminta tarjoaa lapsille virikkeitä ja antaa tarvittaessa lapsille mahdollisuuden levätä. Lapset toteavat olleensa väsyneimpiä silloin, kun koulupäivä alkaa aikaisin aamulla.

Iltapäivätoiminnassa *viihdemedian käyttöä on rajoitettu*. Iltapäivätoiminnassa ei ole mahdollisuutta pelata pelikonsoleilla, sillä siellä ei ole lainkaan pelikonsoleita. Kaikilla haastatteluun osallistuneilla lapsilla on kosketusnäytöllinen puhelin, mutta iltapäivätoiminnassa sitä ei ole sallittua käyttää ilman ohjaajan lupaa.

Puolet haastatteluun osallistuneista lapsista on kokenut iltapäivätoiminnassa viimeisen vuoden aikana kiusaamista. Lapset *tunnistavat kiusaamisen* eri muodot ja ohjaajat puuttuvat kiusaamistilanteisiin. Lapset tiedostavat kiusaamisesta aiheutuvat seuraukset. Kiusaaminen on ollut toisen tavaroiden anastamista, tönimistä ja nimittelyä. Osa lapsista kokee, että pojilla kiusaaminen on fyysistä kun taas tytöillä kiusaaminen esiintyy henkisenä kiusaamisena, kuten nimittelynä. Lapsista kiusaaminen on tuntunut kamalalta.

## **8.2 Lasten kokemuksia kasvun ja kehityksen tukemisesta iltapäivätoiminnassa**

Iltapäivätoiminta tukee lapsen *sosioemotionaalista kehitystä* tarjoamalla lapselle sosiaalisia suhteita. Haastatteluun osallistuvista lapsista jokainen on saanut ainakin yhden

uuden kaverin iltapäivätoiminnassa. Vaikka lapsilla on ainoastaan noin vuoden ikäeroa, näkyy se kuitenkin lasten asenteista toisiaan kohtaan. Ensimmäisen luokka-asteen oppilaat tuntevat jäävänsä toisinaan yksin, jos iltapäivätoiminnassa on samaan aikaan paljon toisen luokka-asteen oppilaita. Suurin osa toisen luokka-asteen oppilaisista kokee negatiivisia tunteita, kuten ärsytystä, kun iltapäivätoiminnassa on mukana nuorempia lapsia.

*”Jos ei oo muita ykkösluokkalaista niin miun pitää olla yksin ja pihalla on pakko pelata jalkapalloo kun kukaan muu ei leiki miunkaa.”*

*Kognitiivista kehitystä* tuetaan vertaisoppimisella ja uusien taitojen opettamisella. Puolet vastanneista ei ole oppinut uusia taitoja iltapäivätoiminnassa. Yksi lapsista on oppinut pelaamaan uusia pelejä ja yksi on oppinut kirosanoja iltapäivätoiminnassa ollessaan. Lapset kokevat oppivansa esimerkiksi uusia pelejä toisiltaan.

Iltapäivätoiminta tarjoaa lapselle *positiivisia kokemuksia*. Lapset kokevat, että iltapäivätoiminta on heille mieluisaa. Myös iltapäivätoiminnan tilojen ulkopuolelle sijoittuva toiminta on lasten mielestä mielekästä.

Kaikki haastatteluun osallistuneet lapset tiedostavat iltapäivätoiminnan säännöt ja rajoitukset sekä niiden rikkomisesta aiheutuvat seuraamukset. Ohjaajat toimivat *auktoriteetteina* lapsille ja luovat lasten kanssa yhdessä iltapäivätoiminnan sääntöjä. Puolet vastanneista kokee säännöt toimintaa rajoittaviksi tekijöiksi.

### 8.3 Vanhempien kokemuksia kasvatustyön tukemisesta iltapäivätoiminnassa

Vanhemmat kokevat iltapäivätoiminnan *tukevan* lapsen *sosiaalisuutta*. Iltapäivätoiminta tarjoaa lapsille sosiaalisia suhteita ja opettaa sosiaalisia taitoja. Lapset saavat viettää aikaa ikäistensä seurassa ja he oppivat toimimaan ryhmässä. *Toiminnallista kehitystä* tuetaan tarjoamalla virikkeitä ja kehittävää toimintaa lapsille.

*”Hän on perheen ainoa lapsi, joten hän saa leikkikavereita ja kehittävää toimintaa.”*

Iltapäivätoiminta *huolehtii* lasten *turvallisuudesta*. Se mahdollistaa lapsen turvallisen kasvun ja kehityksen tarjoamalla turvallisen toimintaympäristön sekä turvallisen ai-

kuisen. Vanhemmat kokevat, että heidän lapsensa tarvitsevat valvontaa luotettavan aikuisen seurassa. Ongelmakohtiin puuttuminen on osana turvallisuutta. Vanhemmat kokevat, että iltapäivätoiminnan ohjaaja huolehtii reiluudesta, puuttuu epäkohtiin ja mahdollisiin huoliin.

*”Lapsemme on liian nuori olemaan yksin kotona koko iltapäivää. Iltapäivätoiminta luo turvallisuutta hyvän hoitopaikan muodossa.”*  
*”Lapsi saa viettää ajan turvallisten aikuisten seurassa...”*  
*”Mikäli ohjaajat huomaisivat jotakin huolestuttavaa lapsessani, uskoisin, että puuttuvat epäkohtiin.”*

Suurin osa vastaajista on sitä mieltä, että iltapäivätoiminta *tukee* lasten *hyvinvointia* tarjoamalla välipalaa ja liikuntaa. Iltapäivätoiminta vanhempien mielestä *tukee* lapsen fyysistä aktiivisuutta, sillä lapset saavat ulkoilla joka päivä. Iltapäivätoiminnassa huolehditaan myös lapsen ravitsemuksesta tarjoamalla hyvää välipalaa.

Iltapäivätoiminta *tukee* lasten *oppimista* opettamalla heille uusia asioita ja taitoja. Vanhemmat kokevat, että iltapäivätoimintaa *tukee* myös lapsen *itsenäistymistä*. Iltapäivätoiminnan myötä lapset oppivat selviytymään ilman vanhempia turvallisessa ympäristössä ohjaajien valvonnassa.

#### **8.4 Perheiden ajatuksia iltapäivätoiminnan kehittämisestä**

Lapset pitävät iltapäivätoiminnan järjestämisestä retkistä ja ulkoilusta. He pitävät myös pelaamisesta ja piirtämisestä sekä erilaisista teemapäivistä, kuten elokuvapäivästä, joita iltapäivätoiminnassa järjestetään. Teemapäivien järjestämiseen osallistuvat lapset. Lapset toivovat jatkossakin iltapäivätoiminnassa järjestettävän erilaisia retkiä ja teemapäiviä. Lapset mainitsevat haluavansa käydä muun muassa ratsastamassa ja syömässä ulkona. Iltapäivätoiminnan ohjaajat ovat lasten mielestä mukavia ja he antavat lasten leikkiä vapaasti sääntöjen rajoissa.

Yksi vanhemmista tuo esille kehittämisehdotuksen aamutoiminnan järjestämisestä ennen koulupäivän alkua.

*”On yksinhuoltajia sekä perheitä, jossa vanhemmat joutuvat menemään töihin ennen koulunalkua, pienillä lapsilla koulu alkaa usein klo 9”.*

## 9 POHDINTA

### 9.1 Pohdintaa opinnäytetyöstämme

Jokainen meistä kolmesta teki nyt ensimmäistä kertaa opinnäytetyötä. Kokonaisuutena prosessi näytti aluksi laajalta, mutta helpolta. Prosessi osoittautui kuitenkin alkukäsi-tyksiämme huomattavasti haasteellisemmaksi. Vaikka koimme työn laajaksi ja haasteelliseksi, oli se kuitenkin opettavainen prosessi. Työ opetti meitä olemaan kriittisiä esimerkiksi valitessa lähteitä. Ihan mitä tahansa artikkelia ei voi valita, vaan lähteen tulee olla luotettava, jotta myös opinnäytetyö säilyttää luotettavuutensa. Opinnäytetyö opetti meitä myös olemaan huolellisia ja tarkkoja opetustehtäviä kirjoittaessa. Hioimme teoreettista viitekehystä useaan otteeseen, ennen kuin olimme täysin tyytyväisiä asiasisältöön. Olemme ylpeitä itsestämme ja valmiista työstä, sillä voimme todeta, ettei opinnäytetyöprosessimme ole ollut helpoimmasta päästä.

Opinnäytetyöprosessin aikana aikataulujen yhteensovittaminen oli aluksi helppoa. Loppua kohden työt, käytännön harjoittelut ja vapaa-ajan harrastukset olivat jokaisella etusijalla, eikä yhteistä aikaa tahtonut useinkaan löytyä. Tähän ratkaisuksi sovimme, että kukin kirjoitti yhdestä aihealueesta omalla ajallaan ja tuon jälkeen kokosimme aineiston yhteen sekä täydensimme sitä tarvittaessa. Muutoin opinnäytetyön tekeminen tapahtui ryhmänä yhteisesti sovitussa paikassa ja työnjako oli selkeää: jokainen valitsi yhden aihealueen josta kirjoittaa sekä etsii tietoa. Saimme toisiltamme paljon tukea prosessin aikana ja jokainen meistä on löytänyt omat vahvuutensa opinnäytetyöhön liittyen.

Lasten haastattelua varten otimme selvää kuinka haastattelu tulee toteuttaa, sillä halusimme varmistaa haastattelun sujuvan etenemisen ja sen, että lapset pysyisivät aiheessa. Haastattelutilanne itsessään sujui hyvin, sillä meille oli varattuna rauhallinen huone tilannetta varten. Lapset olivat rohkeita ja vastasivat luontevasti kysymyksiimme. Lasten keskittymiskyky aiheitamme kohtaan oli enimmäkseen positiivinen. Näin jälkennäpäin ajatellen, olisimme kuitenkin voineet tehdä haastattelut yhden lapsen

kanssa kerrallaan, jotta olisimme voineet keskittyä paremmin yksittäisten lasten vastauksiin. Vaikka nauhoitimme haastattelun, tuli ajoittain esille päällekkäin puhumista, mikä vaikeutti vastaustemme purkua ja vaikutti osaksi myös mielestämme työn luotettavuuteen. Vanhemmille suunnattua kysymyslomaketta emme esitestanneet, sillä uskoimme tehneemme lomakkeesta täysin kattavan, joka oli suunnattu tietyille kyseiselle kohderyhmälle. Lomakkeen suunnittelu oli helppoa ja se pohjautui täysin tutkimuskysymyksiimme.

Saatu tutkimusaineisto oli kokonaisuudessaan melko niukka. Iltapäivätoiminta välitti noin 20 vanhemmalle kyselylomakkeen ensin keväällä ja uudestaan syksyllä ja silti aineisto osoittautui vähäiseksi. Pohdimme mitä olisimme tehneet toisin aineiston runsauden lisäämiseksi ja tulimme siihen tulokseen, että olisimme voineet olla aktiivisemmin yhteydessä iltapäivätoimintaan. Luotimme siihen, että iltapäivätoiminnan työntekijät välittävät antamamme ohjeet ja tiedon vanhemmille, mutta heidän puolesta tiedonkulku osoittautui ajoittain katkonaiseksi. Pohdimme lisäksi sitä, että olisimme kyselylomakkeen sijaan keränneet aineiston vanhemmilta haastattelemalla heitä. Uskoimme kuitenkin, että vanhempien olisi helpompi vastata kyselyyn anonymisti, sillä haastattelussa hän joutuisi kohtaamaan haastattelijan kasvotusten. Kyselylomakkeeseen vanhemmat saivat myös vastata itselleen parhaana sopivana ajankohtana, kun taas haastattelutilanteelle olisi pitänyt löytää yhteinen aika ja sopiva tila sen toteuttamiseen.

Koimme vaikeaksi eritellä tuloksissa kaksi eri asiakokonaisuutta ”kasvu ja kehitys” sekä ”terveys ja hyvinvointi”, sillä nämä ovat toisistaan riippuvia ja toisiinsa vahvasti vaikuttavia tekijöitä. Pyrimme analyysivaiheessa kuitenkin erittelemään nämä asiakokonaisuudet, jotta meidän oli helpompi analysoida tuloksia ja lukijoiden olisi helpompi seurata analyysin etenemistä.

Sairaanhoitajan työn kannalta tämä opinnäytetyö syvensi tietämystämme lapsen terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä sekä siitä, miten niitä voidaan tukea. Opinnäytetyö opetti meitä myös ymmärtämään laajemmin lasten tämänhetkisiä terveysongelmia ja hyvinvointihaasteita ja sitä, miten näitä voidaan ehkäistä. Opimme tiedostamaan eri tahojen, kuten koulun ja iltapäivätoiminnan merkitystä lasten hyvinvoinnin edistämisessä. Mannerheimin Lastensuojeluliiton iltapäivätoiminta pyrkii

ehkäisemään lasten terveysongelmia tarjoamalla lapselle sosiaalisia suhteita, riittävää liikuntaa ja terveellistä ravitsemusta.

## 9.2 Pohdintaa tuloksista

Tutkimustulosten perusteella olemme sitä mieltä, että MLL:n Savonlinnan yhdistyksen iltapäiväkerhossa välipalat ovat monipuolisia ja pääosin terveellisiä. Tämä tuli esille niin lasten kuin vanhempienkin vastauksista. Tulokset osoittavat, että lapset pitivät hyvinä välipaloina hedelmäsalaattia, jogurttia, leipää ja kurkkua. Toisaalta hyviä välipaloja heidän mielestään ovat myös mustikkapiirakka, pulla, letut ja pannukakut. Vastauksista käy ilmi, että yksi vastaajista tiedostaa kuitenkin esimerkiksi jogurtissa olevan runsaasti sokeria. Johtopäätöksemme iltapäivätoiminnan tarjoamasta terveellisestä välipalasta perustuu lasten ja vanhempien vastausten lisäksi olemassa olevaan teorial tietoon siitä, minkälainen on lapsen terveellinen välipala. (Suomen Sydänliitto ry 2012b.)

Pohdimme sanontaa ”hyvä välipala”. Kun halusimme selvittää lasten mielipiteitä hyvästä välipalasta, mielsivätkö he välipalan sellaiseksi, joka on heidän mielestään maistuva ja herkullinen vai ymmärsivätkö lapset, että tarkoitimme hyvällä välipalalla terveellistä sekä esimerkiksi riittävästi energiaa sisältävää välipalaa? Jatkoa ajatellen muotoilisimme kysymyksen uudelleen, jotta välttyttäisiin väärinymmärryksiltä ja voitaisiin näin taata luotettavammat vastaukset.

Mielestämme lapset pääsevät harjoittelemaan riittävästi kädentaitoja, sillä he osallistuvat välipalojen valmistamiseen. Välipalojen valmistamiseen osallistuminen ja esimerkiksi pöydän kattaminen kehittää lapsen vastuunottoa ja luovuutta. (Hasunen ym. 2004, 150 - 151; Kinnunen 2000, 79 - 80.)

Lasten liikuntasuosituksiin perustuen voimme todeta, että lapset saavat riittävästi liikuntaa iltapäiväkerhossa ollessaan (Opetusministeriö 2006, 18 - 19). Ulkoilu on lasten mielestä mielekästä ja tulokset osoittavat, että lapset harrastavat liikuntaa monipuolisesti. Ulkoiluleikeissä ja -peleissä lapset saavat toteuttaa mielikuvitustaan, sillä lapset itse päättävät mitä leikkejä leikitään tai minkälaisia pelejä pelataan. Iltapäivätoiminta tukee lapsen fyysistä aktiivisuutta tarjoamalla lapsille ulkoliikuntaa ja tätä mieltä ovat myös vanhemmat vastauksissaan.

Olimme hyvillämme saadessamme tietää, että jokainen haastateltavista on saanut uuden ystävän iltapäivätoiminnan kautta. Siitä kuitenkin olimme kovin yllättyneitä, ettei juuri kukaan ole oppinut konkreettisesti uusia taitoja iltapäivätoiminnassa. Oletamme, että iltapäivätoiminta tukee ja vahvistaa jo lasten ennalta opittuja taitoja, sillä lapset oppivat uusia toimintamalleja vertaisryhmiltään. (Kangas & Uusitalo 2009, 12; Keltikangas-Järvinen 2010, 190 - 199; Ritmala ym. 2009, 166 - 167.) Lapset oppivat tulosten mukaan kuitenkin uusia pelejä, jotka kehittävät lapsen ryhmässä toimimisen taitoja ja luovuutta. Mielestämme positiiviset kokemukset tukevat lasten kasvua ja kehitystä, sillä ne vahvistavat etenkin itsetuntoa ja oppimista.

Perälän ym. (2011) tutkimustuloksissa nousee esille lasten kokemus kiusaamisesta. Jopa yli kolmannes kouluikäisistä lapsista oli tutkimuksen mukaan kokenut kiusaamista. (Perälä 2011, 35.) Opinnäytetyömme tuloksista ilmenee, että myös iltapäivätoiminnassa lapset ovat kokeneet kiusaamista ja vanhemmat luottavat siihen, että kiusaamistilanteisiin puututaan. Myös lapset kertovat ohjaajan puuttuvan kiusaamistilanteisiin, jos niitä esiintyy iltapäivätoiminnassa. Lapset kertoivat haastattelutilanteessa avoimesti kokemastaan kiusaamisesta ja tiedostivat minkälaista kiusaaminen voi olla. On huolestuttavaa, että kiusaaminen on yleistä, mutta positiivista on se, että kiusaaminen tunnistetaan ja siihen puututaan.

Vanhempien vastauksiin olimme tyytyväisiä pienestä vastausprosentista huolimatta. Vastaukset olivat mielestämme kattavia ja ne antoivat tutkimuksellemme tarvittavan rungon, sillä vain lasten vastauksilla emme olisi saaneet työstämme tarpeeksi laajaa, sillä aiheenamme oli koko perheen kokemukset iltapäivätoiminnasta.

Tulimme siihen johtopäätökseen, että iltapäivätoiminnan voidaan todeta helpottavan vanhempia lasten kasvatustehtävissä, sillä se tarjoaa lapsille turvallisen ja luotettavan ajanviettopaikan, se tarjoaa lapselle sosiaalisia kontakteja sekä opettaa lasta toimimaan ryhmässä. Nämä asiat tukevat lapsen normaalia kasvua ja kehitystä. Myös Airinto-Frimanin tutkimustuloksista ilmenee, että iltapäivätoiminta tarjoaa turvallisen ajanviettopaikan lapsille. (Airinto-Friman 2007, 15.)

Jatkotutkimukseksi ehdotamme, että samasta aiheesta voitaisiin tehdä haastattelututkimuksen sijaan havainnointitutkimus, jossa pystyttäisiin konkreettisesti toteamaan kuinka hyvin iltapäivätoiminnassa toteutuu terveellinen ravitsemus, riittävä liikunta ja



turvallinen ympäristö. Tämä opinnäytetyö käsittelee ainoastaan perheiden kokemuksia aiheesta. Toiseksi jatkotutkimusaiheeksi ehdotamme, että opinnäytetyömme aiheen pohjalta voitaisiin tutkia useita iltapäiväkerhoja yhtä aikaa ja saatuja tuloksia voitaisiin verrata keskenään. Tutkimustuloksista voitaisiin etsiä eroja ja yhtäläisyyksiä liittyen terveyteen ja hyvinvointiin sekä kasvuun ja kehitykseen. Kolmas jatkotutkimusaihe nousi esiin oman opinnäytetyömme tuloksista. Jatkossa voitaisiin tutkia aamupäivätoiminnan tarpeellisuutta lapsiperheille. Tutkimus voitaisiin toteuttaa laajana kyselytutkimuksena esimerkiksi yhden kaupungin alueella.

## LÄHTEET

- Airinto-Friman, Tiiu-Mari 2007. Terveyskasvatus koulun kerhotoiminnassa; kokonaiskoulupäiväprojektiin kuuluvien kerhojen ohjaajien käsityksiä terveystieteiden laitos. Jyväskylän yliopisto. Pro gradu-tutkielma. PDF-dokumentti. [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12226/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-2007428.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12226/URN_NBN_fi_jyu-2007428.pdf?sequence=1). Päivitetty 27.11.2012. Luettu 1.3.2014.
- Bardy, Marjatta 2009. Hyvinvoinnin ulottuvuudet. Perheen ja yhteiskunnan suhteissa. Teoksessa Lammi-Taskula, Johanna, Karvonen, Sakari & Ahlström, Salme (toim.) 2009. Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Terveystieteiden laitos. PDF-dokumentti. <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f>. Päivitetty 12.5.2009. Luettu 23.5.2013.
- Center for Disease Control and Prevention 2014. Child development. WWW-dokumentti. <http://www.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/facts.html>. Päivitetty 11.3.2014. Luettu 20.3.2014.
- DeBord, Karen 1997. Childhood years ages six through twelve. PDF-dokumentti. <http://www.ces.ncsu.edu/depts/fcs/pdfs/fcs465.pdf>. Ei päivitystietoa. Luettu 22.2.2014.
- Einon, Dorothy 2002. Lapsen hoito ja kehitys. Terve, tyytyväinen ja tasapainoinen lapsi. Jyväskylä: Keski-Suomen Sivu Oy.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1999. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Gallahue, David & Ozmun, John 2006. Understanding Motor Development - Infants, Children, Adolescents, Adults. Singapore: McGraw-Hill.
- Gladden, Matthew, Vivolo-Kantor, Alana, Hamburger, Merle & Lumpkin, Corey 2014. Bullying surveillance among youths: Uniform definitions for public health and recommended data elements. Version 1.0. PDF-dokumentti. <http://www.cdc.gov/violenceprevention/pdf/bullying-definitions-final-a.pdf>. Ei päivitystietoa. Luettu 1.2.2014.
- Hakulinen-Viitanen, Tuovi, Hietanen-Peltola, Marke, Hastrup, Arja, Wallin, Mervi & Pelkonen, Marjaana 2012. Laaja terveystarkastus. Ohjeistus äitiys- ja lastenneuvolatoimintaan sekä kouluterveydenhuoltoon. Tampere: Juvenes Print – Tampereen yliopistopaino Oy.
- Hasunen, Kaija, Kalavainen, Marja, Keinonen, Hilka, Lagström, Hanna, Lyytikäinen, Arja, Nurtila, Annika, Peltola, Terttu & Talvia, Sanna 2004. Lapsi, perhe ja ruoka. Imeväis- ja leikki-ikäisten lasten, odottavien ja imettävien äitien ravitsemussuositus. Sosiaali- ja terveysministeriö. PDF-dokumentti. <http://www.ravitsemusneuvottelukunta.fi/attachments/vrn/lapsi.perhe.ruoka.pdf>. Päivitetty 10.9.2004. Luettu 21.5.2013.
- Hermanson, Elina 2007. Lapsiperheen oma kirja. Terveys syntymästä kouluikään. Duodecim. Helsinki: Gummerus kirjapaino Oy.

Hermanson, Elina (toim.) 2008. Terve lapsi. Lapsiperheen lääkärikirja. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.

Husu, Pauliina, Paronen, Olavi, Suni, Jaana & Vasankari, Tommi 2011. Suomalaisten fyysinen aktiivisuus ja kunto 2010. Terveyttä edistävän liikunnan nykytila ja muutokset. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2011:15. PDF-dokumentti. <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2011/liitteet/OKM15.pdf?lang=fi>. Päivitetty 7.4.2011. Luettu 14.1.2014.

Jeronen, Eila 2003. Luokanopettajaopiskelijoiden ammatillisten käsitteiden kehittymisen päättöharjoittelujakson biologian ja maantieteen opetuksessa. Oulun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Kasvatustieteiden ja opettajankoulutuksen yksikkö. Väitöskirja. PDF-dokumentti. <http://herkules oulu.fi/isbn9514271637/isbn9514271637.pdf>. Päivitetty 20.11.2003. Luettu 24.5.2013.

Kangas, Hanna & Uusitalo, Riikka 2009. Sisarussuhteiden tukeminen vaasalaisessa suomenkielisessä päivähoitossa. Vaasan ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysala. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. [http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/5355/Kangas\\_Hanna\\_Uusitalo\\_Riikka.pdf?sequence=1](http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/5355/Kangas_Hanna_Uusitalo_Riikka.pdf?sequence=1). Päivitetty 23.11.2009. Luettu 20.5.2013.

Keltikangas-Järvinen, Liisa 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Werner Söderström Osakeyhtiö: Helsinki.

Kinnunen, Seppo 2000. Lasten psykiatrinen osastohoito. Teoksessa Sinkkonen, Jari & Pihjala, Päivi (toim.). Ulos umpikujasta. Miten autan tunnehäiriöistä lasta? Juva: WS Bookwell Oy.

Kirves, Laura 2013. Kiusaamista voidaan ehkäistä jo pienestä pitäen. Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/kasvunkumppanitfi/kiusaamista\\_voidaan\\_ehkaista\\_jo\\_pienesta\\_pitaen](http://www.thl.fi/fi_FI/web/kasvunkumppanitfi/kiusaamista_voidaan_ehkaista_jo_pienesta_pitaen). Ei päivitystietoa. Luettu 25.5.2013.

Koistinen, Paula, Ruuskanen, Susanna & Surakka, Tuula 2004. Lasten ja nuorten hoitotyön käsikirja. Hygieia. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Kyngäs, Helvi & Vanhanen, Liisa 2009. Sisällön analyysi. Hoitotiede Vol. 11, no 1/-99. Moodle-materiaali. PDF-dokumentti. <https://moodle.mikkeliyamk.fi/file.php/216/Sisaelloenanalyysi.pdf>. Ei päivitystietoa. Luettu 16.5.2013.

Lammi-Taskula, Johanna & Lammi, Minna 2009. Työ, perhe ja hyvinvointi. Teoksessa Lammi-Taskula, Johanna, Karvonen, Sakari & Ahlström, Salme (toim.) 2009. Lapsi-perheiden hyvinvointi 2009. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. PDF-dokumentti. <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f>. Päivitetty 12.5.2009. Luettu 23.5.2013.

Little, Priscilla M.D., Wimer, Christopher & Weiss, Heather B. 2008. After school programs in the 21st century – Their potential and what it takes to achieve it. Cambridge. Harvard Family Research Project. PDF-dokumentti. <http://www.hfrp.org/publications-resources/browse-our-publications/after-school-programs-in-the-21st-century-their-potential-and-what-it-takes-to-achieve-it>. Ei päivitystietoa. Luettu 22.5.2013.

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistys 2013. Iltapäivätoiminta. WWW-dokumentti. <http://savonlinna.mll.fi/iltapaivatoiminta/>. Ei päivitystietoa. Luettu 13.5.2013.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013a. Toiminta ja projektit. WWW-dokumentti. <http://www.mll.fi/mll/toiminta/> Ei päivitystietoa. Luettu 13.5.2013.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013b. Historia. WWW-dokumentti. <http://www.mll.fi/mll/historia/> Ei päivitystietoa. Luettu 13.5.2013.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013c. Lapsen ja nuoren uni. Vanhempainnetti. WWW-dokumentti. <http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/uni/>. Ei päivitystietoa. Luettu 22.5.2013.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013d. Ala-kouluikäisen lapsen uni. Vanhempainnetti. WWW-dokumentti. <http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/uni/koululainen/>. Ei päivitystietoa. Luettu 22.5.2013.

Mediakasvatus- ja kuvaohjelmakeskus 2012. Lapset ja media. Kasvattajan opas. PDF-dokumentti. <http://www.meku.fi/lapsetjamedia2012.pdf>. Päivitetty 23.1.2013. Luettu 23.5.2013.

Mustonen, Emmi 2007. Perheen merkitys lapsen minäkäsitykselle. Kvalitatiivinen tutkimus 3. ja 6. luokkalaisten lasten omien näkemysten ja kokemusten pohjalta. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Opettajankoulutuslaitos Hämeenlinna. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. PDF-dokumentti. <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu01869.pdf>. Päivitetty 3.12.2008. Luettu 6.5.2013.

Nuori Suomi ry 2013. Ravinto. WWW-dokumentti. <http://www.nuorisuomi.fi/ravinto> Ei päivitystietoa. Luettu 15.5.2013.

Opetushallitus 2004. Koululaisten aamu- ja iltapäivätoiminnan perusteet. PDF-dokumentti. [http://www02.oph.fi/ops/apip/apip\\_perusteet.pdf](http://www02.oph.fi/ops/apip/apip_perusteet.pdf). Päivitetty 22.3.2004. Luettu 12.5.2013.

Opetushallitus 2013a. Aamu- ja iltapäivätoiminta. WWW-dokumentti. [http://www.oph.fi/koulutus\\_ja\\_tutkinnot/aamu-\\_ja\\_iltapaivatoiminta](http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/aamu-_ja_iltapaivatoiminta) Päivitetty 30.4.2013. Luettu 13.5.2013.

Opetushallitus 2013b. Opetushallitus. WWW-dokumentti. <http://oph.fi/opetushallitus> Päivitetty 11.4.2013. Luettu 13.5.2013.

Opetusministeriö 2006. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18-vuotiaille. PDF-dokumentti. [http://www.nuorisuomi.fi/files/ns/julkaisut/080129Liikuntasuositus-kirja%28kevyt%29\\_08.pdf](http://www.nuorisuomi.fi/files/ns/julkaisut/080129Liikuntasuositus-kirja%28kevyt%29_08.pdf). Päivitetty 29.1.2008. Luettu 21.5.2013.

Pelkonen, Marjaana, Hakulinen-Viitanen, Tuovi, Hietanen-Peltola, Marke & Puumalainen, Taneli (toim.) 2013. Hyvinvointia useammille – Lasten ja nuorten palvelut uudistuvat. Lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin neuvottelukunnan loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriö. PEF-dokumentti. [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=6511574&name=DLFE-28170.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=6511574&name=DLFE-28170.pdf). Päivitetty 25.11.2013. Luettu 25.3.2014.

Perälä, Marja-Leena, Salonen, Anne, Halme, Nina & Nykänen, Sirpa 2011. Miten lasten ja perheiden palvelut vastaavat tarpeita? Vanhempien näkökulma. THL. Raportti 36/2011. PDF-dokumentti. <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/27f8cfeb-8fa8-402a-b3a0-e26dd8a7ba6d>. Ei päivitystietoa. Luettu 1.3.2014.

Pesonen, Katja 2011. Koulun ja kodin välinen yhteistyö. Alakoulun opettajien kokemuksia vastuu-, ja kasvatustehtävien jakaantumisesta koulun ja kodin välillä. Lahden ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysala. Sosiaalipedagoginen aikuistyö. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. [http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/34103/Pesonen\\_%20Katja.Pdf.pdf?sequence=1](http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/34103/Pesonen_%20Katja.Pdf.pdf?sequence=1). Päivitetty 17.10.2011. Luettu 23.5.2013.

Puustjärvi, Anita 2011. Lapsen tasapainoisen kehityksen tukeminen. PDF-dokumentti. <http://www.sooli.fi/web/data/uploads/lapsentasapainoisenkehityksentukeminen.pdf>. Päivitetty 26.3.2011. Luettu 16.1.2014.

Ritmala, Marjo, Ojanen, Tuija, Sivén, Tuula, Vihunen, Riitta & Vilén, Marika 2009. Lapsen aika. Helsinki: WSOYpro Oy.

Rokkanen, Noora 2009. Lapsen motorisen kehityksen arviointi - koulutus ruununmyllyn päiväkodin henkilökunnalle. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysala. Fysioterapian koulutusohjelma. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. [http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/6172/Rokkanen\\_Noora.pdf?sequence=1](http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/6172/Rokkanen_Noora.pdf?sequence=1). Päivitetty 15.12.2009. Luettu 20.5.2013.

Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa (toim.) 2009. Haastattelu. Tutkimus. tilanteet ja vuorovaikutus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Ruusuvuori, Johanna, Nikander, Pirjo & Hyvärinen, Matti (toim.) 2011. Haastattelun analyysi. Tallinna: Tallinna Raamatutrükikoda.

Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2006a. Hyvä tutkimuskäytäntö. Menetelmäopetuksen tietovaranto. KvaliMOTV. WWW-dokumentti. [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3\\_1\\_2.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_1_2.html). Ei päivitystietoa. Luettu 16.4.2014.

Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2006b. Reliabiliteetti. Menetelmäopetuksen tietovaranto. KvaliMOTV. WWW-dokumentti. [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3\\_3\\_2.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_3_2.html). Ei päivitystietoa. Luettu 16.4.2014.

Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2006c. Aineisto- ja teorialähtöisyys. Menetelmäopetuksen tietovaranto. KvaliMOTV. WWW-dokumentti. [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2\\_3\\_2\\_3.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2_3_2_3.html). Ei päivitystietoa. Luettu 24.5.2013.

Sinkkonen, Jari 2000. Teoksessa Sinkkonen, Jari & Pihjala, Päivi (toim.). Ulos umpikujasta. Miten autan tunnehäiriöistä lasta? Juva: WS Bookwell Oy.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2007. Hyvinvointi 2015 -ohjelma. Sosiaalialan pitkän aikavälin tavoitteita. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2007:3. PDF-dokumentti. <http://pre20090115.stm.fi/ak1171526287050/passthru.pdf>. Ei päivitystietoa. Luettu 1.4.2014.

Sosiaaliportti 2013. Lastensuojelun käsikirja. Mitä on lastensuojelu? WWW-dokumentti. [http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelunkasikirja/mita\\_on\\_lastensuojelu/](http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelunkasikirja/mita_on_lastensuojelu/). Päivitetty 2.5.2013. Luettu 1.4.2014.

Storvik-Sydänmaa, Stiina, Talvensaari, Helena, Kaisvuo, Terhi & Uotila, Niina 2012. Lapsen ja nuoren hoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Suomen Sydänliitto ry 2012a. Lapsen ateriarytmi kohdalleen. WWW-dokumentti. <http://www.sydanliitto.fi/lapsen-ateriarytmi-kohdalleen>. Päivitetty 14.3.2012. Luettu 24.5.2013.

Suomen Sydänliitto ry 2012b. Välipalalla on väliä. WWW-dokumentti. <http://www.sydanliitto.fi/valipalalla-on-valia>. Päivitetty 14.3.2012. Luettu 24.5.2013.

Suomen Vanhempainliitto ry 2013. Vanhempien oikeudet ja velvollisuudet. WWW-dokumentti. [http://www.vanhempainliitto.fi/koti\\_ja\\_koulu/tietoa\\_opetuksesta/vanhempien\\_oikeudet\\_ja\\_velvollisuudet](http://www.vanhempainliitto.fi/koti_ja_koulu/tietoa_opetuksesta/vanhempien_oikeudet_ja_velvollisuudet). Ei päivitystietoa. Luettu 27.5.2013.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014. Lihavuuden yleisyys Suomessa. WWW-dokumentti. [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/tutkimus/ohjelmat/kansallinen\\_lihavuusohjelma\\_2012\\_2015/luvut/yleisyys\\_suomessa](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tutkimus/ohjelmat/kansallinen_lihavuusohjelma_2012_2015/luvut/yleisyys_suomessa). Ei päivitystietoa. Luettu 15.1.2014.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2011. Nuoret pelissä. Tietoa kasvattajille lasten ja nuorten digitaalisesta pelaamisesta ja rahapelaamisesta. PDF-dokumentti. <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/268fdb96-abe2-4a3d-889a-9b2e3374fa87>. Päivitetty 21.12.2011. Luettu 23.5.2013.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2011. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Vantaa: Hansaprint Oy.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö. WWW-dokumentti. <http://www.tenk.fi/fi/htk-ohje/hyva-tieteellinen-kaytanta>. Ei päivitystietoa. Luettu 16.4.2014.

Vornanen, Riitta 2001. Lasten hyvinvointi. Teoksessa Lapsuuden hyvinvointi. Yhteiskuntapoliittinen puheenvuoro. Maritta Törrönen (toim.) Vantaa: Tummavuoren kirjapaino.

### **Hyvät iltapäivätoimintaan osallistuvat perheet**

Olemme Mikkelin ammattikorkeakoulun Savonniemen kampuksen kolmannen vuoden sairaanhoitajaopiskelijoita. Teemme opinnäytetyömme Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistyksen iltapäivätoimintaan osallistuvien perheiden kokemuksista.

Aineiston keruun suoritamme haastattelemalla iltapäivätoimintaan osallistuvia lapsia ja teille vanhemmille on laadittu kirjallinen kysely vastauksianne varten. Opinnäytetyömme tarkoituksena on kuvata Teidän kokemuksianne yhdistyksen toiminnan vaikutuksista lapsen ja perheen arkeen. Tarkoituksenamme on haastatella Teidän lastanne yhdessä muiden iltapäivätoimintaan osallistuvien lasten kanssa ryhmähaastattelussa Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistysten tiloissa torstaina 30.5.2013 klo 13 - 14.

Perheitä, jotka haluavat lastensa osallistuvan haastatteluun, pyydämme täyttämään kirjallisen suostumuslomakkeen ennen haastattelua kahtena kappaleena, joista toinen jää Teille. Liitteenä on suostumuslomake. Lasten haastattelutilanne nauhoitetaan, mutta ei videokuvata ja nauhoitettu materiaali hävitetään kun aineisto on analysoitu.

Teitä vanhempia pyydämme lähettämään vastauksenne sähköpostitse Word-tiedostona Tanja-Maaria Väisäsen sähköpostiin **28.6.2013 mennessä**. Kysymykset ovat saatekirjeen liitteenä. Toivomme, että kuvailisitte mahdollisimman tarkasti ja perustellen vastauksenne, jotta saisimme monipuolisia vastauksia.

Toivoisimme, että mahdollisimman monet Teistä perheistä osallistuisivat, jotta saisimme luotettavat ja kattavat tulokset. Tulosten perusteella Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistys voi kehittää toimintaansa, joten juuri Teidän vastauksenne ovat meille ja MLL:lle tärkeitä.

Vastaukset analysoimme kesän ja syksyn aikana. Tiedot käsitellään ehdottoman luottamuksellisina. Yksittäisen perheen vastauksia ei voida tunnistaa opinnäytetyöstä. Valmista opinnäytetyötä on mahdollisuus lukea MLL:n verkkosivuilta talvella 2014.

Osallistumiseen on vapaaehtoista, mutta meille erittäin tärkeää! Tarvittaessa voitte ottaa yhteyttä meihin, jos tarvitsette lisätietoa aiheesta.

Ystävällisin terveisin,

Mikko Kosonen                      puh. 044 591 8714, mikko.kosonen@edu.mamk.fi

Juuli-Maaria Vauhkonen    puh. 050 512 5452, juuli-maaria.vauhkonen@edu.mamk.fi

Tanja-Maaria Väisänen        puh. 044 946 9112, tanja-maaria.vaisanen@edu.mamk.fi



## **Suostumuslomake**

*Ohje täyttämiseen:*

*Täytä kahtena kappaleena ja tuo mukana haastattelutilanteeseen. Lomak-  
keessa on oltava lapsen ja ainakin toisen huoltajan allekirjoitus.*

Lapseni

---

saa osallistua Mikkelin ammattikorkeakoulun sairaanhoitajaopiskelijoiden tekemään  
haastatteluun opinnäytetyöhön liittyen.

---

Aika ja paikka

---

Lapsen allekirjoitus ja nimenselvennys

---

Huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennys

**Kysymyksiä lapsille:**

1. Minkä ikäinen olet?

**TERVEYS JA HYVINVOINTI**

2. Ravitsemus
  - Minkälaisia välipaloja kerhossa valmistetaan /tarjotaan?
  - Ketkä kaikki osallistuvat välipalojen valmistamiseen?
  - Minkälainen on mielestäsi hyvä välipala?
3. Liikunta
  - Kuinka usein ulkoilette kerhossa? (joka päivä, muutaman kerran viikossa, kerran viikossa)
  - Minkälaisia ulkopelejä ja -leikkejä pelaatte kerhossa?
  - Ketkä päättävät mitä pelejä ja leikkejä pelataan?
4. Uni
  - Mitä teet jos olet väsynyt kerhossa?
  - Miltä sinusta tuntuu kun olet väsynyt?
5. Viihdemedia
  - Millä pelaat videopelejä?
  - Millaisia videopelejä kerhossa voi/saa pelata?
6. Kiusaaminen
  - Onko sinua kiusattu täällä kerhossa?
  - Minkälaista kiusaaminen on ollut?
  - Miltä sinusta on silloin tuntunut?

**KASVU JA KEHITYS**

7. Fyysinen, psyykinen, sosiaalinen kasvu ja kehitys
  - Kuinka moni on saanut uusia ystäviä kerhossa?
  - Miltä sinusta tuntuu kun kerhossa on sekä 1. ja 2. luokkalaisia?
  - Mitä uusia taitoja olet oppinut kerhossa?
  - Mikä on mielipuuhasi täällä kerhossa?
  - Minkälaisia sääntöjä kerhossa on?
  - Miten kerhossa toimitaan kun sääntöjä rikotaan?

**ILTAPÄIVÄTOIMINTA**

8. Minkälaisia tämän kerhon ohjaajat ovat?
9. Onko sinulla joitain toiveita, mitä täällä kerhossa voisi tehdä, mitä ei ole vielä tehty?

**Kysymyksiä vanhemmille:**

*Ohjeistus: Ympyröikää vastauksenne kysymyksiin 1–3. Kysymyksiin 4–6 toivomme perusteltuja vastauksia esimerkkien kera, jotta saisimme parhaan mahdollisen hyödyn vastauksistanne. Emme aseta kysymyksiin pituusvaatimusta, mutta toiveenamme on, että vastaatte kaikkiin asettamiimme kysymyksiin.*

**TAUSTATIEDOT**

1. Sukupuoli
  - a) nainen
  - b) mies
2. Kuinka vanha olette?
  - a) alle 25
  - b) 26 – 30
  - c) 31 – 35
  - d) 36 – 40
  - e) 41 – 45
  - f) yli 46
3. Mikä on Teidän perhemuotonne?
  - a) Avioliitto
  - b) Avoliitto
  - c) Uusioperhe
  - d) Yksinhuoltaja
  - e) Ei mikään edeltävistä

**AVOKYSYMYKSET**

4. Miten iltapäivätoiminta tukee lapsenne terveyttä ja hyvinvointia? Perustele.
5. Miten iltapäivätoiminta tukee teitä lapsenne kasvatustyössä? Perustele.
6. Onko Teillä toiveita, ehdotuksia, ideoita Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistyksen toiminnan kehittämiseen?

*KIITOS VASTAUKSESTANNE!*



### Hyvät iltapäivätoimintaan osallistuvat perheet

Olemme Mikkelin ammattikorkeakoulun Savonniemen kampuksen kolmannen vuoden sairaanhoitajaopiskelijoita. Teemme opinnäytetyömme Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistyksen iltapäivätoimintaan osallistuvien perheiden kokemuksista.

Keväällä haastattelimme iltapäivätoimintaan osallistuvia lapsia aineiston keruuta varten ja Teille vanhemmille on laadittu kirjallinen kysely vastauksianne varten. Opinnäytetyömme tarkoituksena on kuvata Teidän kokemuksianne yhdistyksen toiminnan vaikutuksista lapsen ja perheen arkeen.

Teitä vanhempia pyydämme toimittamaan vastauksenne kirjallisena MLL:n iltapäiväkerhon ohjaajalle **30.11.2013 mennessä**. Toivomme, että kuvailisitte mahdollisimman tarkasti ja perustellen vastauksenne, jotta saisimme monipuolisia vastauksia.

Toivoisimme, että mahdollisimman monet Teistä perheistä osallistuisivat, jotta saisimme luotettavat ja kattavat tulokset. Tulosten perusteella Mannerheimin Lastensuojeluliiton Savonlinnan yhdistys voi kehittää toimintaansa, joten juuri Teidän vastauksenne ovat meille ja MLL:lle tärkeitä.

Vastaukset analysoimme vuoden loppuun mennessä. Tiedot käsitellään ehdottoman luottamuksellisinä. Yksittäisen perheen vastauksia ei voida tunnistaa opinnäytetyöstä. Valmista opinnäytetyötä on mahdollisuus lukea MLL:n verkkosivuilta kevättalvella 2014.

Osallistumiseen on vapaaehtoista, mutta meille erittäin tärkeää! Tarvittaessa voitte ottaa yhteyttä meihin, jos tarvitsette lisätietoa aiheesta.

Ystävällisin terveisin,

Mikko Kosonen puh. 044 591 8714, mikko.kosonen@edu.mamk.fi

Juuli-Maaria Vauhkonen puh. 050 512 5452, juuli-maaria.vauhkonen@edu.mamk.fi

Tanja-Maaria Väisänen puh. 044 946 9112, tanja-maaria.vaisanen@edu.mamk.fi

## Kirjallisuuskatsaus

Kuka/ketkä?	Kohdejoukko	Menetelmä	Keskeinen tulosjohtopäätös	Miksi valitsit tämän?
<p>Mikä tutkimus ja bibliografiset tiedot</p> <p>1. Terveyskasvatus koulun kerhotoiminnassa; kokonaiskoulupäivä-projektiin kuuluvien kerhojen ohjaajien käsityksiä terveyskasvatuksesta Airinto-Friman, Tiiu-Mari.</p> <p>Pro gradu -tutkielma Jyväskylän yliopisto Terveystieteiden laitos Kevät 2007</p>	<p>Haastatteluun valittiin yhdeksän Jyväskyläläistä alakoulun kerhonohjaajaa, joista jokainen osallistui teemahaastatteluun.</p>	<p>Teemahaastattelu</p>	<p>Tuloksissa käsitellään millaisia käsityksiä ohjaajilla on terveyskasvatuksesta. Tähän lukeutuu muun muassa heidän käsityksiä väestön yleisestä terveyskasvatuksesta sekä terveydestä ja sairaudesta.</p> <p>Kerhonohjaajien mielestä kokonaiskoulupäivämalli tukee positiivisesti lasten fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä. Kerhot vahvistivat lasten minäkuvaa ja itsetuntoa sekä kehittivät muun muassa heidän fyysistä kuntoa. Lasten roolit saattoivat vaihtua kerhossa, jotka heillä aikaisemmin oli koululuokassa.</p>	<p>Valitsimme tämän tutkimuksen, sillä siinä tutkittiin terveyskasvatusta kerhotoiminnassa ja meidän oma opinnäytetyömme käsittelee muun muassa lapsen kasvua ja terveyttä. Tutkimus antoi meille uusia näkökulmia oman opinnäytetyömme toteutukseen.</p>
<p>2. Miten lasten ja perheiden palvelut vastaavat tarpeita? Vanhempien näkökulma. Perälä Marja-Leena, Salonen Anne, Halme Nina &amp; Nykänen Sirpa</p> <p>Raportti Terveiden ja hyvinvoinnin laitos Lokakuu 2011</p>	<p>Alle 9-vuotiaiden lasten vanhemmat. Tutkimus lähetettiin 3200 vanhemmalle, joista 955 vastasi kyselyyn.</p>	<p>Postikysely</p>	<p>Tuotettiin tietoa muun muassa lasten ja perheiden palvelujen tarpeesta. Vanhemmilla oli positiivinen käsitys lastensa ja omasta terveydestä sekä pärjäämisestä vanhempana. Huolta vanhemmissa aiheutti muun muassa lasten fyysinen terveys, psykososiaalinen kehitys ja terveys sekä tunne-elämä. Muita ongelmia olivat muun muassa parisuhdeongelmat ja työttömyys.</p>	<p>Tämän tutkimuksen valitsimme sen takia, koska on tärkeää nähdä tarvitsevatko lapsi perheet tämän kaltaisia palveluja ja mitä he niiltä odottavat ja miten vanhempien tarpeet huomioidaan palveluiden parissa.</p>

## Kirjallisuuskatsaus

			Raportoijat tuovat esille, että mitä aktiivisemmin vanhempien kanssa keskusteltaisi heitä askarruttavista asioista, sitä varhaisemmin voidaan tunnistaa tukea tarvitsevat perheet.	
<p>3. After school programs in the 21st century – Their potential and what it takes to achieve it.</p> <p>Little, Priscilla, Wimer, Christopher &amp; Weiss, Heather</p> <p>Harvard Family Research Project</p> <p>Helmikuu 2008</p>	<p>Kohdejoukko- na ovat Yhdysvaltalaiset tutkimukset koulujen jälkeisestä ilta- päivätoiminnasta 10 vuoden ajalta</p>	<p>Erilaisten tutkimusten yhteenkoottujen tulosten analysointia ja niistä tehtyjä päätelmiä.</p>	<p>Yhdysvaltalaiset tutkimukset osoittavat, että ilta- päivätoiminnalla on runsaasti positiivisia vaikutuksia lasten ja nuorten kehitykselle ja hyvinvoinnille.</p> <p>Ilta- päivätoiminta kehittää lapsen akateemisia ja sosiaalisia taitoja sekä parantaa lapsen fyysistä hyvinvointia. Ilta- päivätoiminta ehkäisee myös lapsen riskikäyttäytymistä tulevaisuudessa.</p> <p>Ilta- päivätoimintaan osallistuvat lapset ovat matemaattisesti lahjakkaampia ja he ovat saaneet akateemisesti parempia pistetuloksia kuin ne lapset, jotka eivät ole ilta- päivätoimintaan osallistuneet. Lapsilla on todettu olevan myös vähemmän kuritonta käyttäytymistä ja heidän oppimisen- sa sekä kotiläksyjen tekeminen ovat parantuneet.</p> <p>Lapset ovat paremmin kehittyneitä sosioemotionaalaisella tasolla: heillä ilmenee vähemmän käyttäytymishäiriöitä, he omaavat.</p>	<p>Aihe vaikutti meidän oman tutkielman kannalta tärkeältä. Yhdysvaltalais- ten tutkimusten pohjalta nousee esille paljon ilta- päivätoiminnan hyötyjä ja positiivisia vaikutuksia, joita me olemme jo olemassa olevan teorian pohjalta päätelleet. Tutkimusten yhteenveto tuo vahvistusta omiin ajatuksiimme ja osaksi myös omiin tutkimustuloksiimme.</p>

## Kirjallisuuskatsaus

			<p>paremman minäkuvan ja itsetunnon sekä pitivät itsestään enemmän. Myös masennusta esiintyy vähemmän iltapäivätoimintaan osallistuvilla lapsilla.</p> <p>vähentää lasten riskikäyttäytymistä myöhemmällä iällä ja auttaa heitä suuntaamaan kohti parempia elämäntapoja. Huumeiden ja alkoholinkäyttö on vähäisempää, vähemmän väkivaltaista käyttäytymistä ja seksuaaliterveystieto on lisääntynyt.</p> <p>Positiivisia vaikutuksia saavutettiin yhteistyöllä vanhempien, koulujen ja muiden organisaatioiden kanssa.</p> <p>Tutkimuksista selvisi myös miten näitä positiivisia vaikutuksia saavutettiin. Esimerkiksi yhteistyö vanhempien, koulujen ja muiden organisaatioiden välillä koettiin tärkeänä</p>	
--	--	--	---	--

Tietoa olemme hakeneet muun muassa hakusanoilla perhe, lapsiperhe, iltapäivätoiminta, lapsen kehitys, perheen hyvinvointi. Tietoa olemme hakeneet seuraavista tietokannoista:

- Mikki-tietokanta
- SOTKANet
- Nelliportaali
- Medic

## Kirjallisuuskatsaukseen valittujen tutkimusten hyväksymis- ja poissulkukriteerit

Hyväksymiskriteerit	Poissulkukriteerit
Tutkimus julkaistu vuonna 2004 - 2014	Tutkimus julkaistu ennen vuotta 2004
Koko tutkimus on luettavissa Internetistä PDF-tiedostona tai WWW-dokumenttina	Tutkimuksesta on luettavissa vain abstrakti
Tutkimus on pro-gradu tai luotettava raportti	Tutkimus on opinnäytetyö tai tutkimuksen luotettavuus herättää epäilystä
Tutkimus käsittelee iltapäivätoimintaa ja/tai sen tarpeellisuutta sekä vaikuttavuutta lapsiperheille	Tutkimuksessa ei käsitellä iltapäivätoimintaa eikä tutkimus tue teoreettista viitekehystämme



**LIITE 7 (1)**  
**Sisällönanalyysi**

PELKISTETTY ILMAUS	ALAKATEGORIA	YLÄKATEGORIA	PÄÄLUOKKA
epäterveellinen välipala terveellinen välipala osallistuminen välipalan tekoon mahdollisuus valita lapselle mieluisaa monipuolisuus piilosokerin tiedostaminen	ravitsemustietous monipuoliset välipalat vaikutusmahdollisuus	ravitsemuksen turvaaminen	<b>Lapsen terveyden ja hyvinvoinnin tukeminen</b>
päivittäinen ulkoilu sisä- ja ulkoliikunta ulkoilulajeista päättää lapset monipuoliset leikit ja pelit	monipuoliset liikuntalajit ryhmätoiminta riittävä liikunta	fyysinen aktiivisuus	
mahdollisuus lepoon väsymyksen kokeminen koulun alkamisaika vaikuttaa tuntemukset	koettu väsymys vaikuttavat tekijät jaksamisen turvaaminen	keskittymiskyvyn ylläpitäminen	
kerhossa ei pelikonsoleita kännykät kaikilla kotona pelaaminen kännykän käyttöä rajoitettu ohjaaja valvoo	pelaaminen käytön valvominen	viihdemedian rajoitettu käyttö	
kiusaamiskokemukset sukupuolierot kiusaamisen eri muodot	fyysinen ja psyykinen kiusaaminen	kiusaamisen tunnistaminen	

**LIITE 7 (2)**  
**Sisällönanalyysi**

PELKISTETTY ILMAUS	ALAKATEGORIA	YLÄKATEGORIA	PÄÄLUOKKA
uusien ystävien saaminen ikäerot ikäerojen vaikutus vuorovaikutukseen negatiiviset tunteet	sosiaalisten suhteiden luominen kypsyyserot	sosioemotionaalinen kehitys	<b>Lapsen kasvun ja kehityksen tuke- minen</b>
uusien taitojen oppiminen vertaisoppiminen	taitojen kehittyminen	kognitiivinen kehitys	
iltapäivätoiminta tarjoaa mieluista toimintaa iltapäivätoiminnan tilojen ulkopuolelle sijoittu- va toiminta mieluista	lapsilähtöinen viriketoiminta	positiiviset kokemukset	
sääntöjen tiedostaminen sääntöjen noudattaminen seuraukset	rajojen asettaminen	auktoriteetti	

PELKISTETTY ILMAUS	ALAKATEGORIA	YLÄKATEGORIA	PÄÄLUOKKA
leikkikaverit oppii toimimaan ryhmässä	sosiaaliset suhteet sosiaalisten taitojen opettaminen	sosiaalisuuden tukeminen	Vanhempien kasvatustyön tukeminen
kehittävä toiminta virikkeellisyys virikkeet	virikkeiden tarjoaminen	toiminnallinen kehitys	
valvonnan tarve turvallinen ympäristö turvallinen aikuinen	turvallinen kasvu ja kehitys	turvallisuudesta huolehtiminen	
reiluudesta huolehtiminen epäkohtiin puuttuminen huoliin puuttuminen	ongelmakohtiin puuttuminen		
ulkoilu	fyysisen aktiivisuuden tukeminen	hyvinvoinnin tukeminen	
hyvä välipala	ravitsemuksesta huolehtiminen		
uusien asioiden opettelu	oppiminen	oppimisen tukeminen	
Oppii selviytymän ilman vanhempia	itsenäistymisen opettaminen	itsenäistymisen tukeminen	